

The Path to Purpose: How Young People Find Their Calling in Life

人生观培养
父母最长情的告白

[美] 威廉·戴蒙(William Damon)◎著
张凌燕◎译

作者上一本著作《更高的期望》(*Greater Expectations*)曾赢得美国家长产选奖(The Parents' Choice Awards)

漂浮的青春，卡住的人生，不知下一步何去何从的心情，正在全世界蔓延。
长期研究青少年发展的美国斯坦福大学教授威廉·戴蒙，在大型研究与深度访谈的基础上，发现了年轻人心中所缺乏的关键元素——目标感

12个关键步骤 帮助年轻人培养正确的人生观

9大秘诀 启动亲子深度对话



机械工业出版社
China Machine Press

VISIT...

LANZAROTE Caliente.COM





The Path to Purpose: How Young People Find Their Calling in Life

人生观培养
父母最长情的告白

[美] 威廉·戴蒙(William Damon)◎著
张凌燕◎译

作者上一本著作《更高的期望》（*Greater Expectations*）曾赢得美国家长严选奖（The Parents' Choice Awards）

漂浮的青春，卡住的人生，不知下一步何去何从的心情，正在全世界蔓延。
长期研究青少年发展的美国斯坦福大学教授威廉·戴蒙，在大型研究与深度访谈的基础上，发现了年轻人心中所缺乏的关键元素——目标感

12个关键步骤 帮助年轻人培养正确的人生观

9大秘诀 启动亲子深度对话



机械工业出版社
China Machine Press

对本书的赞誉

本书针对年轻人“未能成功起航”这一现象所做的研究非常之精彩，是每一位从事当代年轻人的教育、辅导和引导工作的教师必读的作品。

——《图书馆杂志》

威廉·戴蒙的这本书来得非常及时，具有极高的学术价值，同时也是饱含热忱的一部作品。在我看来，这本书一定能够给那些正在引导年轻人度过躁动青春期的家长和教育工作者们带来一些启发。

——瓦尔坦·格雷戈里安（Vartan Gregorian）

纽约卡内基基金会总裁

本书对我们当前这个时代最重要的个人和社会问题进行了调研，十分难能可贵的是，它集合了一系列可靠的数据、令人信服的理论、可行的建议以及富有吸引力的语句。这是家长、老师，市政、宗教领域的领导者，以及关心下一代年轻人命运的人必读的一本书。

——帕克·帕尔默（Parker J.Palmer）

《让生命发声》《教学的勇气》以及《隐藏的一切》的作者

这是一本既完美又重要的书。威廉·戴蒙就当今少年儿童发展中最隐蔽但最重要的一个因素展开论述，并提供了新鲜的洞察和明确的建议。我强烈推荐家长以及孩子的监护人阅读。

——迈克尔·格里安（Michael Gurian）

《男孩妙事一箩筐》和《女孩妙事一箩筐》的作者

威廉·戴蒙以令人信服的视角，以及关于目标在年轻人的正向发展中所发挥的作用这一具有划时代意义的研究成果，为家长、教育工作者、政策制定者提供了有效的工具，来促进我们国家乃至世界上这些多样化的年轻人群体的茁壮成长。这本书中极富学术价值的洞察和智慧，成为家庭和社区支持年轻人寻找人生深层的个人意义、幸福感和社会价值贡献的重要参考来源。

——理查德M.勒纳（Richard M.Lerner）

博士美国塔夫茨大学应用发展科学Bergstrom主席，青少年发展应用研究所主任

作为“意义”和“道德发展”领域的著名作家，戴蒙写了一本相当及时且重要的书，探讨了我们当前最为迫切的社会问题之一——如何为年轻人的人生注入目标感。戴蒙给我们提供了一个新鲜且有效的视角去看待教育和品格发展。这本书适合家长以及所有关心年轻人成长的人阅读。

——玛莉·派弗（Mary Pipher）博士

《拯救奥菲莉亚》和《用你的笔改变世界》的作者

你想知道年轻人如何可以避免玩世不恭的心态，专注于长远的人生旅程而非短时效应的满足吗？在这本具有独创性和及时性的书中，威廉·戴蒙向我们介绍了一些有目标感的年轻人，并且展示了这种目标感是如何被培

养出来的。

——霍华德·加德纳（Howard Gardner）

《迈向未来的五种能力》的作者

威廉·戴蒙长久以来一直是我最信任的道德发展领域方面的专家。现在这本书，他就发展领域最重要但最容易被忽视的一个方面——目标感展开论述，目标感缺失的儿童很可能一事无成、漂浮不定。怀着深切的人文关怀，戴蒙为我们提供了大量的事实和中肯的话语，可以用于解决很多人感觉模糊的问题。他用有理有据的陈述给我们敲响了警钟，但又给我们提供了很多工具，帮助我们解决问题。他以及他所描述的这些有目标感的年轻人，激励着我们以帮助更多年轻人发现他们目标感的方式去做教育、去养育子女以及辅导他们。

——乔纳森·海特（Jonathan Haidt）

《幸福的假设：从古老智慧中发现现代真理》的作者

借由此书，威廉·戴蒙再一次证明了他是当之无愧的“理念大师”。无论是这本书的理论深度还是实践应用方面，都让人惊叹！这本书将改变家庭、学校和社区养育我们国家年轻人的方式。

——彼得·班森（Peter Benson）博士

搜寻研究院总裁兼CEO

前言

在作为心理研究学者的职业生涯当中，我总是选择那些自己觉得有趣并且重要的课题来研究，（不然岂不是自寻烦恼？）从不强迫自己去做某个特定主题的探索。而关于“目标”的研究，对我来说却有着不同的意义。它不仅仅是另外一个研究课题而已，更像是我30多年来所做的关于道德承诺、品格教育以及人才发展等研究工作的一个巅峰。尤其在此刻，当普遍存在的空虚感已经隐隐成为我们最大的心理隐患的时候，关于“目标”的研究对我来说就有了重要的社会学意义。

在早前的研究里，我曾多次触及“目标”这个概念，但都是模糊的、间接的，好像透过一个镜头有点不大对劲的望远镜在观测。我早期的研究都不是关于“目标”本身的，而现在我明白，在过去很多年里我试图去理解的东西，事实上都是跟“目标”有紧密关联的。我和安·柯比（Anne Colby）做过一个关于“非凡的道德承诺”的研究，我们发现那些心怀崇高目标的人总是满怀喜悦，哪怕要求他们持续地做出自我牺牲。[1]随后，在和霍华德·加德纳（Howard Gardner）、米哈里·齐克森米哈伊（Mihaly Csikszentmihalyi）所进行的一系列对那些职场上公认的做得很棒的人的研究中发现，这些优秀的职场人士竟然能够如此清晰地回答诸如“你想要努力达成的目标是什么？为什么？”这类问题，这让我深受触动。[2]他们的心中始终怀有一个崇高的、渴望实现的目标，驱动着他们每天努力向前。这个目标是他们的终极关切，对于他们获取个人成功至关重要——它赋予他们能量；当他们完成阶段性目标的时候，“目标”赋予他们满足感；当他们陷入困境的时候，“目标”又可以帮助他们不屈不挠地坚持下去。后

来，我被邀请去做一些教育类的工作坊，帮助那些处于职业发展中期的记者在工作中做得更出色。我和同事们发现，这种以培训为目标的工作坊，最有效的开场白就是问他们："你希望在你的工作当中达成的目标是什么？"[3]

这项研究工作促使我去调查一下年轻人是如何在他们的生活中找到目标的。年轻人有自己的人生目标吗？如果有的话，他们又是从哪里得知的呢？除了那些与职业相关的目标，还有什么样的目标可以激励现在的年轻人？如果年轻人找不到任何可以投身的目标，结果又会是怎样呢？眼前这本书就是我和学生们对于这些问题研究之后，对于收获的洞察的初步阐述。[4]

这是我写给公众读者关于青年发展的第三本书。自1988年开始，几乎每10年我就会写一本这样的书：1988年出版的《有道德的孩子》（The Moral Child），1995年出版的《更高的期望》（Greater Expectations），以及现在的这本。回过头来看，我发现从某种程度来说，这里面的每本书都是那个时代的产物。在20世纪80年代，对于动摇了美国文化思潮并渗透到学校和大众媒体的"相对主义"道德观，我深感困扰。在《有道德的孩子》这本书中，我举了一个案例说明了核心道德准则的普适性，以及明确的道德教育对于年轻人的重要性。有相当多的人读了这本书，但对我们的文化实践本身并没有产生太大的影响。事实上到了20世纪90年代，关于该如何抚育孩子的主张，完全被另一种潮流所主导，这个新的教育思潮质疑传统的道德标准，甚至他们把任何一种标准都视为麻木迟钝的传统主义的残留物。保护孩子的自尊心已经成为抚育小孩的终极目标。父母被建议要避免过度动用自己的权威，或者敦促孩子努力做到优

秀，接受挑战，要在道德约束下控制自己的行为，以免“挫伤”他们“脆弱”（假定是）的孩子。

作为回应，我当时写了一本《更高的期望：克服家庭与学校的纵容文化》。这回，我相信人们真的听进去了（不光是我，还有一些和我持相同观点的社会评论家也表达了同样的担忧）。到了20世纪90年代末，我们听到一些有影响力的教育学者和政府官员在谈论有关青少年政策时，也会提到类似“高的标准”以及“品格教育”这样的词。一些状况也真的开始有所改善：青少年犯罪案件在一定程度上减少了；投入志愿者服务工作的年轻人的数量开始快速攀升；大部分所谓“教育专家”不再把“自尊”当作人才发展的最高目标。我相信，这些都是好的发展态势，能够提升促进年轻人幸福感和发展前景的能力。如今，从各方面来看，年轻人都在茁壮成长了。

但是现在这个时代，也有着它的风险，而且是很严重的。当前最普遍的问题是“空虚感”，当年轻人正要确立个人志向，并努力朝着这些目标前进的时候，空虚感却将年轻人长期困在一种漫无目标的生活状态当中。冷漠、焦虑已经成为现在相当一部分年轻人的主导情绪，疏离甚至愤世嫉俗已经取代了年轻人本应该散发的朝气。

这并不是一个依靠过去的解决办法就可以解决的问题。事实上，我和其他人所主张的关于“高的标准”的方法，对于这个特定的情况来说，并不是一个有效的解决方案。“当年轻人面临着必须去生存，去追求成就，去服务他人时，他们会表现得很棒”，这个我至今依然深信不疑的观点，却没能回答一个最根本的问题，“出于什么目标”？或者说“为什么”？对于年轻人而言，这意味着要开始去追问这样的问题并寻找答案：我付出了全部

的努力和被他人寄予厚望的拼搏，希望达成的目标是什么？有没有更高的目标，让这些努力变得有意义？对我来说究竟什么是最重要的？为什么它至关重要？生命中我终极关注的东西是什么？除非我们把这些问题列为和年轻人谈话的核心内容，否则我们能做的真的很有限，只能眼睁睁地看着他们陷入迷茫、飘忽、自我怀疑和焦虑的处境中无法自拔。当工作、奋斗的过程没有目标感伴随的时候，这些感觉很容易就滋生出来。

青春期是充满理想主义的时期，年轻人总是会认真地听取有关如何实现人生抱负以及保持激情与斗志的建议。但是此类的建议，通常只是在他们很有限的一些生活经历（比如毕业典礼或某些仪式性的场合）当中给出的，而且大多数是泛泛而谈，在细节性的实操层面还显得很不足。年轻人想知道的是：在充满了竞争、工作要求和社会责任的现实环境当中，能否找到一些既有价值回报，又有意义感的事情？如何在追求梦想的同时，又不至于“把自己给卖了”，削弱了想要跟自己和家人在一起的时间？如何能够成为有一定价值的社会成员，经营自己的生活，并能给世界带来积极的改变？这些都是年轻人迟早要面对的问题，想清楚了这些问题，就能够更好地做出人生中的重要抉择。

也许他们能够在中学或者大学里找到答案？我也希望事实真的如此。大多数的中学很擅长打造基本的技能，这些年来他们执行工作的能力也一直在进步。大学则擅长让年轻人接触到各种精彩绝妙的想法，并接受文化上的熏陶。所有这些教育的“礼物”极大丰富了学生们的知识以及个人生活，在这上面的贡献是不可估量的。但是一旦谈到“引领学生走上一条有价值感和意义感的路”时，我们的学校就“露短”了。学生们学到的都是一些没什么用的零碎知识，而学校校友会的人却时不时地鞭策他们去世界闯

荡，并且做出一番大事业。如果要在这两点之间建立关联的话，那就是要让学生知道为什么“一个数学公式”或“一堂历史课”对于他想要追寻的梦想来说是至关重要的。但往往我们的学校在这方面做得还差得很远。

如果你进到一个比较典型的课堂上，听听老师都在嘱咐学生做些什么，你会听到老师在布置大量的作业、考试规则说明以及一连串的练习题。再听听老师为什么认为学生应该完成这些任务，无非是一大堆狭隘的、功利性的目标，比如可以在班级里“表现优秀”“取得好的成绩”以及“避免失败”。如果那个班级的学生足够幸运的话，老师可能会告诉他们学会一技之长的好处，但你鲜有机会听到（如果有的话）老师和学生讨论，这些目标（哪怕其中任何一个）可能带他们去向的更宏伟的那层“目标”。为什么人们要读诗或写诗？为什么科学家们要做基因断裂？为什么我自己曾经这么努力地想要做一名老师？令人难以置信的是，在我作为一名学者，研究青少年发展和教育的这些年中，我从未见过一个老师有跟他的学生分享“他为什么要进入教育这个行业”。就这点而言，我也没有在任何一个家庭或是针对年轻人的媒体节目里听到过关于“付出努力的更深层意义”这方面的对话。如果我们在日常生活中都很少能引发年轻人思考与关注“工作的目标”和“个人意义”，那么我们又凭什么期待他们可以在将来所从事的工作上面找到意义感呢？

我的研究以及这本书本身，也是有目标的：用一些实例来证明“目标”对于青少年发展的头等重要性。我希望向所有关注年轻人的人，无论是家长、教育工作者、科学家、青年发展领域的专家还是一般的社会公民说明：现在的年轻人，总有一天要成为继任者，这些人当中有一部分人已经对“目标”的概念有了某种程度的了解。在心理学领域，先前也有一些关

于“年轻人的目标”这一课题的研究（虽然不如预期的多）。里克·沃伦（Rick Warren）在2003年出版了一本非常畅销的书——《标杆人生》（The Purpose-Driven Life），从宗教的视角引起了人们对于“目标”这个概念的广泛关注。新兴的积极心理学领域也一直将关注的热点聚焦于“目标”所带来的益处。[5]但在我们努力想要为年轻人做点建设性工作的时候会发现，“目标”仍然是个未被充分开发和利用的工具。尽管在大众媒体和其他某些渠道常见到关于“目标”的各种讨论，但是在人文科学方面，在大多数的家庭里，特别是在我们几乎所有的学校当中（换句话说，在所有试图理解年轻人，以更好地促进他们健康发展的地方），“目标”依然是一个边缘性的话题。我衷心希望这本书能够改变这种局面。

威廉·戴蒙

2008年1月

[1]　我们关于年轻人目标的研究还远未结束：我们正处于一个非常宏大的项目的数据采集和分析阶段，也是我们期望能够加进这本书里的，对第一轮得出的结论再做优化。

[2] My collaborators on“The Good Work Project”are Howard Gardner and Mihaly Csikszentmihalyi.See H.Gardner，M.Csikszentmihalyi，and W.Damon，Good Work：When Excellence and Ethics Meet（New York：Basic Books，2001），and also goodwork project.org.

[3] The“traveling curriculum”project was done in collaboration with The Project for Excellence in Journalism and The Committee for Concerned Journalists（journalism.org）.

[4] Our studies in youth purpose are far from over : we are in the midst of an extensive program of data collection and analysis which we expect will substantially add to and refine the first round of conclusions discussed in this book.

[5] See Christopher Peterson and Martin Seligman , Character Strengths and Virtues : A Handbook and Classification (New York : Oxford University Press , 2004) .

第1章　漂浮的青春

在当今这个时代，年轻人生活的前景是那么地充满不确定性。仅在数十年前，几乎所有的年轻人在其青春期快接近尾声的时候，就已经知道他们将在哪里生活，从事什么样的工作，以及会跟谁结婚。而现在，大部分的年轻人直到长大成人，对于这些问题还都无法找到确切的答案。经济全球化带来了很多机会，也带来了更多压力，很多年轻人要背井离乡，到远方寻找发展机会。甚至很多受过最好教育的年轻人，也得花上好几年的时间做些临时性的工作，而不是进入一个长期稳定的职业领域。事实上，“一个永久性的职业”这个概念已经遭到了质疑。因为很多职业也在逐渐演变成另外一种形态，包含着一连串的相对“短暂”且“不连续”的工作。至于说组建他们自己的家庭，世界各地的年轻人都在延迟结婚甚至选择“不婚”。照目前这样的趋势发展下去，不婚的年轻人数量将会持续增加，或者他们要拖到几乎要过了生育年龄才结婚。[1]

有些年轻人很乐于接受这些变化，以及这些变化所带来的新机会。这些年轻人已经为自己的未来构建了清晰的愿景，他们有着超强的自我驱动，充满活力，乐观进取，并且也已经制定了切实可行的计划去实现自己的抱负。带着自信，他们享受着探索世界的过程，并且在探测着自己潜能的极限。他们远离家人的保护和督促，任何人几乎都没办法拦住他们。总之，他们已经找到了非常清晰的人生目标，这个目标激励着他们，并且为他们的前行指引着方向。

与此同时，他们的同龄人中，有不少都还在痛苦的挣扎中。年轻人正

迈向成年阶段，在面对眼前重要的抉择时，他们感觉到自己好像迷茫地“漂浮”在（或者被“卡”在）个人及社会发展的河流中，无法前行。现在有很大一部分年轻人对于自己的成人生活角色如“父母”、“同事”、“丈夫（或妻子）”、“公民”等都不敢轻易许下承诺。

从美国到日本再到欧洲，年轻人“延迟承诺”的现象在拥有工业文明的世界各地都存在。举一个极端的例子，在意大利，有报道称，多数30岁的年轻人还跟父母生活在一起，他们既没有结婚，也没有全职工作。在美国，有一项专门针对10～20岁出头的年轻人的研究，得出这样的结论，“对于这个年龄段的大多数年轻人而言，婚姻、家庭和孩子并不被他们认为是要去追求的成就，而是要去规避的风险”。[2]

英国政府是第一个官方层面注意到“未就业状态的青壮年”这样一个日益扩大的群体的，在五年前的一份国家报告中，就提出了“啃老族”的概念，是指一些没有在“受教育”或“就业”的状态，也没有在“进修”或“参加就业辅导”的无所事事的年轻人族群。[3]最近的一份日本政府报告中，也对他们国家几乎有近百万的年轻人成为“啃老族”的现象，发出了明确的警告。这还是在一个因“长期稳固的世代工作伦理”而著称的社会。这些报告当中，没有一个是把“经济放缓”的因素视为问题提出来的。欧洲、亚洲、美国以及其他工业化的国家和地区，都经历了经济的持续快速增长，足以给年轻人提供丰富的就业机会。但是很多年轻人却退缩了，或许是因为他们对眼前所面临的不确定性感到胆怯，或许是因为他们害怕面对做出选择之后带来的所谓“风险”，抑或提供给他们的这些工作机会和发展前景在他们看来是没什么意义的，也提不起兴趣去做。年轻人的种种“不愿意”和“踌躇不前”的背后，究竟是什么原因导致的？这令很多父母和教育工作者百

思不得其解，甚至开始为这些年轻人还没有找到一些可以让人生获得满足感的事业和承诺而感到担忧。

很多父母也表达了他们的担心（通常在一开始还是比较幽默地在谈，但到后来就变得沉默了），担心他们的子女可能会变成“回巢族”，本该用自己的翅膀展翅翱翔的，却在很久之后还是回到了家里的巢中。我称之为“如何才能让我那可爱的女儿搬离我们的地下室”的问题。当然了，并不是所有的父母会对子女“花比一般人更多的时间自谋生路”感到困扰。这就是这个故事积极的一面：它确实暗示了一种亲密关系，而这种亲密关系在过去的几十年都不曾被很多家庭注意到。现如今，长大了的孩子们还是感觉待在家里比较自在，他们也确实很享受在父母身边的感觉，相比婴儿潮时代的年轻人，他们更能够开放地跟父母沟通。

这个问题引发了媒体的关注，也因媒体的报道而公之于众。在2007年5月的《财富》杂志上，纳迪拉·希拉（Nadira Hira）用愉快的笔调写了一篇关于“婴儿潮时代的孩子”的报道，而她自认为自己也是那个时代的孩子之一。[4]通过颂扬跟她同一时代的年轻人所拥有的过人天赋、活力和创造力，作者以充分的例证说明，她们所提出的问题和质疑，的确引领她们得出了重要的答案。同时，随着质疑和自我探索时期的逐渐拉长，也就延迟了他们向“拥有永久性的工作”和“建立自己的家庭”迈进的步伐，这个“延迟”，超过了以往任何一代人。希拉援引了一份对2000~2006年间美国大学生的调查，调查显示，近2/3的毕业生在毕业后搬回了父母家，其中有超过一半的人在家里待了一年以上。她引用了一个28岁的年轻人（此人曾写过关于这个主题的书[5]）的话：“如果我们不喜欢一份工作，我们就辞职不干，大不了我们搬回家里，这没有什么丢脸的……我们的妈妈最喜欢

做的事，莫过于给我们做可口的肉饼”。另一个24岁的女生也响应道：“我认为父母也希望有被需要的感觉，比如像我这种比较独立的孩子，当我要他们帮忙时，他们也会很开心”。

父母对子女的爱是世界上最伟大的恩宠，幸而大部分父母也的确很乐意为帮助他们的子女更好地成长做任何事。同样，大部分的子女也都可以充满安全感地期待父母满足他们的各种需求，这的确是一件好事。但是我并不相信多数父母会希望花掉自己的黄金岁月为他们的子女提供基本的需求满足，也不相信这样做对于子女来说真的是最有益的。真正对他们有益的，是帮助他们找到适合自己的一条路，一条可以为自己的家庭，甚至为这个世界做出贡献的路。

最终的问题，不是父母应该在子女的生活当中扮演什么角色，而是子女应该如何自我实现。在青春期，一定程度的自我追寻与尝试是有益的。青春期是个过渡性的发展阶段，有点像是个体走向“成熟的自我认同”之路的一个站点。[6]这样一个生命发展的重要时期，据说是以青春期为起点，以成年人社会角色（如上文所提到的父母、丈夫或妻子、同事以及公民）的稳固为终点的。[7]在这个从青少年向成年人过渡的关键时期，对于年轻人来说，多花点时间来审视自己、思考未来，并且寻找到最符合自己志向和兴趣的机会，是绝对没错的。对于很多年轻人来说，在青春期经历一段较长时间的自我探索和反思，对于建立令人满意的自我认同，找到积极的人生方向，也是很有必要的。这就是著名的心理学家埃利克·埃里克森（Erik Erikson）曾经提到过的一个概念，叫作“延缓偿付”，它是具有建设性的。的确，在某些个案里，为了更好地完成这个“身份认同”的构建，个体可能会经历长达数年的“选择延缓期”。[8]

然而当今很多年轻人的延迟，呈现出一系列让人忧心的现象，最主要的问题就是，很多年轻人似乎并不是想下定决心去做点什么，他们的延迟，可以说更多是优柔寡断，而不是积极思考；更多是迷茫，而不是有着对清晰目标的追求；更多是矛盾心理，而不是下定决心。无方向感的漂浮状态，无论是从个人发展还是从社会的角度，都不是具有建设性的“延缓偿付”的表现。缺乏方向感，机会就会消失，随之而来的就是自我怀疑和自私自利。不良的习惯逐渐生根，而好的习惯却没有建立起来。当然了，这并不是说存在一个关键时期，只有在那个时期才能找到使得人生成果丰硕的人生方向，而是说在本该准备好的阶段过度延迟，会滋生更为严重的风险，也就是年轻人可能会把“寻找一个积极的方向”“在这个方向上坚持”“积极地获取达成这些目标所需要的技能”等任务统统抛到脑后。

当下的年轻人能够很清楚地意识到他们需要在人生的某个时间节点完成从青春期到成年人的过渡。这个意识本该是他们对未来充满热切期盼的动力源，但对于大多数人而言，却触发了他们内心隐隐的不祥的预感，甚至更糟糕的，可能会导致他们进一步的发展“瘫痪”的抑制性焦虑。实际上，他们延缓投入成年人的社会角色，某种程度上也是在缓解焦虑和抑郁。但处在一种没有任何职业、家庭及其他正式的社会责任约束的状态下，对于年轻人来说，是根本站不住脚的。这种责任的脱离会随着时间的流逝而变得越来越难以忍受，它不可能在不付出任何心理代价的条件下无期限地延续下去。

我所谈的这些并不是想要暗示现在大多数的年轻人都已经深陷窘境，或处于随时都可能发生的危险之中。事实上，从一些最明显的迹象上来看，我们可以看到现在的年轻人比10年前、15年前的年轻人还是要幸福一

些的，至少不差。在美国，现在青少年发生怀孕的概率比起10年前还是要少一些，暴力与犯罪的倾向也在减少，也没那么容易受到毒品的诱惑，进食障碍如“厌食症”等也不那么严重了（肥胖症除外，肥胖症在青少年中还呈上升趋势，和成年人类似）。大多数学生在学校待的时间也更长了（读了更高的学位），而且更规律地参加各种课程和活动。学生相比之下也更刻苦一些，学的东西也更多了（至少从最近的测验成绩来看是这样的）。很多年轻人的日程表上排满了各种各样的活动，体育运动、艺术活动、徒步、露营等什么都有。尽管10年前多次登上美国媒体头条的“青少年问题”至今仍未能很好地解决，但至少这些问题没有再继续恶化了，在很多地区还逐步有了一些显著的进步。的确，就像我在开篇所说的那样，很多年轻人正在茁壮地成长着。

但是对于其他年轻人来说，表面上看还觉得不错，实际上有太多太多人是被困住了，他们漫无目的，对于这辈子想做什么毫无概念。他们可能也没惹什么麻烦，并且也完成了我们交代给他们做的事情，但实际上他们是漂浮不定的，缺乏清晰的方向感。他们看上去是“走上了正轨”，但可能仅仅一步，就会坠落或跳离这个看上去属于他们的轨道。还好，他们中的很多人已经意识到了生活当中似乎缺少了什么东西，虽然很多时候只能通过间接的方式来表达。比如对于焦虑的表达：“压力太大了！”，还有对玩世不恭的表达：“这关我什么事！”，以及对冷漠的表达：“无所谓，随便怎么样吧！”。而年轻人身边的人们，却很少有人清楚地知道到底是什么在困扰着他们，除非在一种极端的情况下，危机已经呈现出压倒性优势，无可避免地将“人生目标的缺失”这一根本原因暴露出来。

在年轻人身上，最容易消失不见的（不是说全然没有，而是仅显现在

当今极少数的年轻人身上）就是，抱着一个认真的目标，一个能够赋予生命意义感和方向感的目标，对一件事情或者一个兴趣全心地投入和奉献。

[1] 在过去的半个世纪，美国人结婚的平均年龄已经向上增长了5岁，在其他一些工业化国家，这个趋势更为严重。此外，似乎世界各地的婚龄都在增长。

[2] 青春期这一生命阶段正是现代社会环境的一种反映。关于如何塑造自己的未来，社会给个人提供了非常多样化的选择。现代年轻人面临的选择包括：要做什么样的工作，选择和谁结婚（甚至不结婚），信仰或敬奉什么。他们在构建人生的承诺之前，总要花很多时间去做准备。直到1904年，心理学家（霍尔（G.StanleyHall）才将此预备时期命名为“青春期”。从科学角度来说，青春期这一过渡性人生阶段出现的时间大概有一个世纪多一点，从社会角度来说，可能还没有那么长。

[3] 本书中报告的数据主要来自于我们研究的第一阶段，是2006年完成的。数据搜集将会持续到2009年。未来这几年当有新的分析数据出来，我们将会报告最新的发现。

[4] 不包括第4章所描述的一些具有高目标感的年轻人，在本书中所引用的这些事例，都将人名及其明显的特征换掉了。

[5] 在这一章以及本书后面几章（特别是第3、第4章）引用了杰西卡的例子，她本人并不是我们的调研对象，她和书中展示的其他一些例子是我个人有所了解的人或是从其他观察当中获得的信息所描绘出来的，在这里引用是为了作为例证。在这些例子当中，我换掉了人名和一些个人特征。

[6] 关于这点，《未做出承诺的人》和1960年出版的保罗·古德曼（Paul Goodman）所写的这本《荒谬的成长》走的是相似的路线，1960年也正

是凯妮丝顿的研究结束的时候。古德曼对美国成长起来的年轻人进行的非经验性的调查，从面对文化当中根深蒂固的各种伪善和不好的价值观的年轻人的视角，提出了一些对社会的批评。无论人们怎么看待这些批评的适当性，可以肯定的是，古德曼所认为的年轻人应该是聪明且善解人意的，倾向于理性地审视他们周围的环境。这样一个敏锐且富有鉴别力的年轻人的人物原型在小说中一直都很常见（例如，J.D.塞林格在《麦田里的守望者》中塑造的主人公霍尔顿·考尔菲德）。古德曼将这一人物原型带到了社会学分析和评论中，凯妮丝顿也将经验主义社会科学的镜头转向了这个人物原型。但两个研究都代表着他们精选的观点。

[7] See William Damon，Foreword，in Richard Lerner and Laurence Steinberg，eds.，Handbook of Adolescent Psychology（New York：John Wiley，2004），pp.vii-viii.

[8] Erik Erikson，Youth：Identity and Crisis（New York：W.W.Norton，1968）.

关于年轻人“目标感”的研究

这个问题到底有多严重？大约在七年前，我开始了一项调查，研究年轻人找到（或没找到）人生目标，结果会是怎样。从早期对这些青少年在现实世界中进行的观察来看，我开始有点怀疑，是不是茁壮成长的年轻人和彷徨不定的年轻人之间的差异，大多取决于他们是否找到了非常强的目标感，无论是职业方面的、建立自己家庭方面的，还是如何以某种方式改变世界方面的。另外也推测这么多年轻人身上都有的这种“不满”和“焦虑感”是否也跟他们“人生目标的缺失”有关。在我对这个问题进行详细阐述之前，心理学方面的大量研究已经表明，“积极的人生目标”与“生活的满意度”之间有着某种强关联。

关于“目标在年轻人生活中所扮演的角色”，我和我的研究团队进行了一系列的调研，包括对美国几个地区的青少年所做的问卷调查和深度访谈。我们还就一些“目标感超强”且“持续专注于此”的年轻人做了一些个案研究，他们中很多人是从小就已经发掘到了这些“目标”的。在本书的第3、第4章，我会着重阐述这些初步的研究结果。[1]现在，我会先简单提一下，我们发现在这个社会当中，目标感很强的年轻人绝对是凤毛麟角，而非“常态”。

我们通过访谈和调研发现，在12~22岁这个年龄段，仅有1/5的年轻人能够清晰表达出他们“想要去到哪里”、“在人生中达成什么样的目标”，以及“为什么”。大多数受访者（几乎占到60%），或者已经在做着一些有潜在目标感的事情，或者已经开始表露出一些模糊的志向，但是却缺乏对

于这些事情“真正的专注”，也没有任何关于追寻梦想的实质性的计划。剩下这部分年轻人（在我们初次研究中大概占到1/4）则是对未来根本没有任何想法，甚至还有一些人称，他们看不到任何意义去获得什么“目标”。

汤米，一个来自宾夕法尼亚州的18岁男孩，是在我们的访谈中表现出“毫无目标感”的年轻人之一。[2]他当时读大一刚读到一半，觉得在学校里学到的任何东西都不能给他带来动力，但他认为自己也没理由退学，因为他知道大学之外可能也没有什么更好的选择，学校里的那些功课已经“够好混的了”。事实上，他说他对现在这种漂浮的状态已经“相当满意”，很骄傲且坚定地认为，不管他有没有投身于任何一件事情，到最后都是“船到桥头自然直”。再有就是他的脑海里也没有特定的目标，对于自己的未来会是什么样子也表现得漠不关心。

这种无所谓的态度，也反映在他每天日常所做的决定上，以及更广泛的层面。关于选课这件事，他说：“我不知道我下学期要选什么课，但学校会要求你选一些课，我就会说‘我勒个去！’，然后丢个硬币什么之类的帮我做决定”。问到他将来的打算，对自己没有任何的打算，汤米依然感到很自在：“我真的对将来没有想法，这有什么大不了的吗？到处旅行好像还蛮有趣的，如果有人肯为我付钱，我当然乐意了”。

汤米就是当今对于目标或抱负没有任何需求的年轻人之一。这些心里有不满情绪的人当中，有些就像汤米这样，对于自己缺乏方向感这件事几乎没有感觉到有什么困扰。另一个被访谈的男孩17岁，来自新泽西州，他用这种方式来接纳他的无目标感，“对任何事情都保持冷漠的做法对我来说还挺奏效的，如果你不去理它，事情不会自己找上门来，对吧。就目前

来说，就这么懒下去吧，管它呢”。

至少到目前为止，这些年轻人并没有因情绪困扰而抱怨过，反而经常声称他们“很快乐”。但是，“无目标感”真的就像他们所预期的那样，能够通往快乐吗？的确，无目标感可以和享乐主义共存，很多对任何事情都没有投入感的年轻人也确实表达了他们的开心和快乐。但是，近年来心理学家对“快乐”的研究发现，这些对任何事情都没有投入的人所体验到的这种“享乐性质的快乐”，是非常短暂的，甚至到最后基本是完全空掉的，尤其把它和持久的、充沛的满足感放在一起比较时，显得尤为明显。心理学家马丁·塞利格曼（Martin Seligman）把后者这种持久、充沛的满足感称为“真正的快乐”。[3]即使从享乐主义的角度来看，这些没有投入和目标感的年轻人也是和快乐的状态相去甚远的。

对于大多数没有投入和目标感的年轻人来说，方向的缺失给他们带来了更多的烦恼。他们表达了内心的焦虑感，以及因无法掌控人生而带给他们的一种“被困住”的感觉。他们对自己很失望，对于目前生命当中所赋予他们的东西感到很沮丧，也因自己生活的空虚而感到绝望。

有一个12岁的孩子，叫作阿本，在我们访谈他的时候，他对“不知道自己将来长大了要做什么”而感到焦虑。他告诉我们说，他花了大部分的时间在做作业，但是极少能从中得到任何满足感。“大多数时候，我想要去外面，什么事也不做，就是放松”，他说。学习如此努力的主要原因来自于他的妈妈给他的压力，“她认为我就是该好好学习，她想要我成为她所有朋友的孩子当中学习最优秀的那个”。在他妈妈看来，阿本的未来在于“他学到的技能，能够胜任一份好的工作”。另外，阿本很喜欢音乐，梦

想有朝一日能够成为一名歌手或舞者。他的这个梦想并没有得到家人的支持。“我的妈妈希望我有自己的选择，但是她希望我的选择是数学或者科学方面”，这样一来的结果，就是阿本对每天自己所做的事情并没有投入感，感觉是被外力推着走的。他尽力去服从了，但感觉很不开心：“我喜欢表演，喜欢唱歌，真的很喜欢，但是我妈妈说‘不，你不可以’，我就这样被锁在笼子里了”。

对于自己想选择的方向，阿本显得无能为力，感觉很受挫。他可以预见到“父母心里为他盘算的未来”对他而言是毫无意义的，对这一点的认识更让他感到困顿和焦虑。或许在求学的这些年里，阿本还有机会为追求个人兴趣争取到一些支持，但对于其他年轻人来说，也许要花更长的时间才能悟到，他们现在走的路并非“通往目标之路”。那些没能找到目标感的年轻人，当他们到了青壮年期，开始审视自己人生道路的方向时，会被突如其来的空虚和迷惑感所打击，这会让他们大感意外。

现年27岁的杰西卡，是一位无论求学，还是参加工作都表现不错的年轻女性。[4]她就读于赫赫有名的独立学院，并获得奖学金进入一个最顶尖的毕业生项目，在毕业的时候收到了好几家公司的工作邀请。无论在田径场上还是学业方面，她都是学校里的明星人物。不过，杰西卡从来没有考虑过要成为一名学者或者运动员。事实上，除了旅行以及和朋友们闲逛之外，她并没有从生活中的其他事情上得到过持久的快乐感。虽然她多数课程都学得不错，但没有一门课能够激起她足够的兴趣，她顶多是在空闲的时间里粗略地翻一下专业相关的书。为了保持身材，她也在有规律地坚持运动，但已经对所参与的体育项目丧失了兴趣。除了偶尔看看电影之外，其他文化活动她都懒得参加。

杰西卡说，她无法逃脱一种感觉，那就是“我这辈子所做的每一件事情都是为了别人——我的父母、老师、教练……为了任何人，除了为我自己。我不想让他们失望”。更糟糕的是，尽管才能出众，她依然缺乏一种安全感。有一次她大声地说，“我这一生都在伪装！”她怀疑自己是不是真的懂得足够多，足以胜任一项复杂的工作，她也不确定为自己设想的任何一个职业能够让她保持持久的兴趣。结果，一旦她想到未来，就会觉得很痛苦。直到现在，她还不觉得自己可以接受任何一个最近收到的工作邀请。反而她想花些时间去旅行，直到找到那个相对稳固的人生方向为止。她的决定倒也合情合理，但伴随她的是非常痛苦的自我怀疑和焦虑感。

杰西卡在这些目标感缺失的群体当中大概处于靠中间的位置，她并没有受到很深的伤害，也没能找到可以点燃她热情的方向。像大多数人一样，杰西卡不安地处在一种持续的焦虑和困惑当中，不知何时才是尽头。“我从没有真正决定去做过什么，只是碰巧发生了”，她说，“从来没有觉得我处在一个自己想去或应该去的地方，我想这就是为什么总是想逃离”。

杰西卡对过去取得的成就感到失望，尽管这些成就得到父母、老师的夸赞，却未能帮助她找到一个她真正渴望实现的目标或行动方案。她目前的状况充满了不确定性，或许她可以在一个自我设定的“延缓偿付期”内重新发现自我，或者趁着还年轻，从一个短暂的环境漂向另一个，却无法从她所做的任何一个事情当中找到持久的意义感。

杰西卡的一些同龄人比她的状况更糟糕。他们没有杰西卡所取得的一系列成就，没有杰西卡已经被证明了的才华，也没有像杰西卡那样在遭受

挫折的时候可以得到来自家人和朋友的支持。研究表明，这些年轻人当中很多人已经表现出一连串的心理症状及压力方面的症状（比杰西卡不时的恐慌要严重得多）：睡眠障碍、进食障碍、失控的发怒、与社会隔绝、性功能障碍、药物滥用，以及一系列自我毁灭的倾向。

英国惠灵顿大学的老师安东尼·塞尔顿（Anthony Seldon）在他最近一期报纸专栏里评论道："在中学和大学，年轻人萎靡不振和高度焦虑的状况已经到了流行病爆发的程度。一位伦敦哈利街的精神科医生称，去年他已经接诊了来自同一个班级的5名忧虑的学生，他们所在的学校还是伦敦一所具有'很高学术声望'的学校。在大学里，同样有非常多的大学生觉得学业很难应付，这是不是让人觉得很惊讶呢？最近美国的一项研究显示，45%的大学生都表现出严重的抑郁的征兆，这简直是太让人难以置信了。"[5]

最近有一本书，写的是关于"一代有着疏离感与不快乐感的孩子"，临床心理学家马德琳·莱文（Madeline Levine）在书里描述了她在行医实践中的观察，这些受困扰的青少年身上有一种内在的空虚感。其中一些青少年表现出严重的自我毁灭行为，例如一个15岁的女孩就真的在左前臂刻上"空虚"二字。类似"割腕"这种行为经过媒体的大量报道，已经引起了家长们的注意，幸亏这还只是比较少见的现象。这里我们比较感兴趣的一点是，莱文对那些问题不太严重的孩子们的观察，他们带着青少年典型的忧虑来寻求她的协助。"其中很多的青少年"，她在书中写道，"都很会强颜欢笑"，但事实上他们是会对焦虑感和空虚感发牢骚的："他们真的不开心"。他们对于任何爱好都没有一丝的热情，在每天的生活中也找不到乐趣。他们用来描述沮丧感的句子有："无所事事"，"不知为什么就是不开心"，还

有说得最多的“总觉得内心少了点什么”。[6]

观察者注意到，即使是这些青少年当中最优秀的孩子，他们对于那些带给他们早期成功的事情上也缺乏持续的投入，让人感到有些不解。《纽约时报》教育领域的作家劳拉·帕帕诺（Laura Pappano）在最近的一篇文章里记述了一组成绩顶尖的学生，她称他们为“难以置信的一代”，由于他们已经在中学时期取得了非常优异的成绩，到了大学之后，就会感觉大学比较松懈，几乎没什么能够让他们维持兴趣的挑战了。[7]一位麻省理工学院的学生把时间都花在了打水球、玩飞盘、上网以及看电视上。

作者的观点是，外界对于学生的期望已经大到一定程度，使得那些很聪明的学生在本来应该属于他们长期兴趣的事情上面，“过早”取得了突出的成绩。此外，这些学生在进入大学之后，甚至还会对这种不给学生施加压力的教育系统提出质疑。她引用一位高等教育行政管理人员的评论：“为了让孩子进入大学，我们逼迫他们做了那么多的事情，那么他们进来之后做什么呢？”

对此我有不同的观点：如果这些聪慧的学生能够很清楚地认识到他们想要取得的成就“是什么”，以及“为什么”，那么他们在大学期间就不会失去动力。如果他们能够在早期的努力奋斗及取得的成就当中发现比成绩和奖项“更为深层”的目标，那么当他们进入大学的时候，将会全力以赴。他们那时候会更渴望获取更多的知识和技能，来帮助他们更好地达成他们所选择的那个目标。

大学期间的“漫无目的”所造成的负面心理影响，才是应该得到关注的。表面上看起来很成功，但实际上没有方向感，年轻人身上背负的这种

痛苦会因失控而演变为自我毁灭的行为，这是我们最不愿意看到的。在美国的学院和大学里，每年都有一大批表现优异的学生企图自杀，很多人真的就自杀了。[8]据美国疾病控制与预防中心记载的有关青少年和青年人自杀的最新报告显示，2004年的自杀率增长了8个百分点，是15年来增幅最大的一年。[9]近些年来，在高等院校的学生公寓，对于自杀风险的关注在逐步提升。大学辅导员几乎一致地把这个问题归因于“学校的课业负担过重”以及“竞争的压力”。我对这些绝望的、不快乐的学生们深表同情和关心，但我不太信服关于“压力”的说法。只要年轻人相信自己正在做的事情、繁重的功课和激烈的竞争本身，是不会损害他们的精神的。

在一项对7000名从8年级到高中的美国青少年的跟踪研究中，芭芭拉·施耐德（Barbara Schneider）和大卫·史蒂芬森（David Stevenson）得出了一个让人感到惊讶的结论：与大众（或者说是媒体）对年轻人“享乐主义”、“疯狂玩耍”的印象相反，当今的很多年轻人是怀有志向和抱负的，但仅有极少数人预期可以实现这些抱负。作者写道：“大多数高中生怀有远大的志向，但没有到达彼岸的清晰的人生规划”。用作者的话说，他们是“有动机但没方向”。这样的结果就是，他们会感觉更加挫败、沮丧和被疏远。施耐德和史蒂芬森描述说，在年轻人的烦恼当中，似乎隐藏着极度的痛苦。况且，这种痛苦的“隐藏”本身就是一个问题。他们从观察当中发现，家长们似乎没有意识到这些问题，作者还指出“很多家长并没有把积极地帮助子女规划他们的未来当作自己的责任”，关于这点，也是后面我会详细阐述的。[10]

2005年美国公共电视台播出的纪录片《获得学位的人数在下降》（Declining by Degrees），记录了当下的大学生群体中所弥漫的“理想破

灭”以及“疏离感”。[11]在纪录片中可以看到，学生在课堂上睡觉、逃避作业，每周好几个晚上都在派对狂欢，甚至还有不少人天天以“喝酒”来度过大学四年的“教育”时光。这部片子看作对高等教育的尖锐批判，片子当中对学生态度的描述，以及对大学教育系统的观点同样发人深省。片中描绘的学生都是一副“聪明”、“友善”的样子，通常也拥有不错的学习成绩（即使是那些不怎么看书的人都能通过考试，甚至考得更好）。从更广阔的角度来看，想到世界上还有那么多人处于条件很糟糕的环境，可能很难得看出这些养尊处优的年轻人的人生当中还缺少什么，但的确是有一些东西消失了。在过去，一些教育家称缺少的这个元素为“动机”，我同意，动机的确是越来越不足了，但我认为问题的核心在于缺少“动机的来源”，这个“来源”正是“目标感的缺失”。就长远来说，目的感的缺失会摧毁一个快乐而满足的人生的基础。

[1] The data reported in this book come mostly from the first phase of our study，completed in 2006.Data collection will continue at least through the year 2009，and we will report new findings as they emerge from our analyses over the coming years.

[2] With the exception of some of the highly purposeful youth described in chapter 4，I have changed the names and certain identifying features of all the subjects quoted in this book.

[3] See Martin Seligman，Authentic Happiness：Using the New Posi tire Psychology to Realize Your Potential for Lasting Fulfillment（New York：Free Press，2002）.

[4] Jessica was not a subject in the research studies cited in this chapter

and later in the book (especially in chapters 3and 4) .She , and a few other examples presented for the sake of illustration , are drawn from my personal acquaintance or other observations.In such instances , I have changed names and certain identifying features.

[5] Anthony Seldon , “It Is Worthwhile Teaching Children Wellbeing , ”Financial Times , June 25 , 2007 , 13 : 5.

[6] Madeline Levine , The Price of Privilege : How Parental Influence and Material Advantage Are Creating a Generation of Disconnected and Unhappy Kids (New York : HarperCollins , 2006) , p.5.

[7] Laura Pappano , “The Incredibles , ”New York Times , Education Life Section , Jan.7 , 2007 , pp.7-12.

[8] Alan J.Schwartz , “Four Eras of Study of College Student Suicide in the United States : 1920-2004 , ”Journal of the American College of Health , vol.54 , no.6 (2006) , pp.353-66.Schwartz reports over 1 , 400suicides by college and University students in the fourteen-year period ending in 2004.A rule of thumb among counselors is that about ten people attempt suicide for each“successful”act.It is also well known in the suicide literature that reported data are highly uncertain , since many suicides , especially among higher-status people , are not disclosed.See Ann Haas , Herbert Hendlin , and John Mann , “Suicide in College Students , ”American Behavioral Scientist , vol.46 , no.9 (2003) , pp.1224-40.

[9] “Suicides Increased by 8%in the 10to 24Age Group , ”Wall Street Journal , September 7 , 2007 , p.B 4.

[10] Barbara Schneider and David Stevenson，The Ambitious Generation：Motivated But Directionless（New Haven：Yale University Press，2000），p.8.

[11] PBS，Declining by Degrees（2005），a John Merrow Production.

未作承诺而又尚未显现

当然，每个年代都会有抗拒成年人公约的年轻人。在一本有预见性的书《未作出承诺的人：美国社会异化了的年轻人》（The Uncommitted：Alienated Youth in American Society，1965）中，肯尼斯·凯妮丝顿（Kenneth Keniston）描述了一群年轻的大学生，尽管他们享有特殊的荣耀（都是哈佛大学的学生），但对社会深感不满。这群称作“异化了的学生”，几乎对围绕在他们身边的所有主流的价值观、社会角色以及生活方式都表现出怀疑的态度。尽管他们都受过良好的教育，并且能说会道，但是他们却没有更远大的信仰或人生规划。肯尼斯在书中写道，他们的异化具有意识形态上的特质：这些学生已经做出了有意识的、明智的选择，让自己继续待在这种不做承诺的状态当中。

虽然《未作出承诺的人》这本书出版的时候引发了公众强烈的关注，但书里所描绘的那些年轻人，据凯妮丝顿写，“并不是典型的美国年轻人”，[1]只不过是一小撮人而已。即使在那些见多识广的同学当中，他们对于社会的种种乱象表现出充满理智的怀疑批判，也属于明显的极端。[2]只有少数同龄人愿意听他们倾诉不满。尽管这些“未作出承诺”的学生让人非常感兴趣（或许因为他们看起来好像是什么事情要发生的预兆者），但从大的方面来说，他们对当今美国社会所产生的意义和影响还不甚明了。

当今年轻人“承诺缺失”的状况和凯妮丝顿所描述的情况还非常不一样，还不是20世纪中期，美国那些有异化了的年轻人所表现出来的激进思想。如今的“不承诺”，没有什么个人、社会或政治上的因素，也没有什么

聚焦点或目标。正是这种“非故意”的性质，使这种不承诺显得更加“纯粹”，甚至对不承诺的状态本身也不做任何的表态。既不是为什么而献身，也不是反抗什么，而更像是一种“缺席”，像是一幅全景图中有一个空白地带。如果换个时空，这个空白地带应该是被充满活力的一些活动所填满的。

有其他一些研究者也看到了这个态势，但在如何看待这件事情上面，他们比我要更乐观一些。一些人已经对此有了不同的解释，例如心理学家杰弗瑞·阿奈特（Jeffrey Arnett）在他的书《成年初显期》（The Emerging Adulthood）中，以一个敏锐的观察作为开篇：“在过去的几十年，一场属于年轻人的‘无声的革命’已经在美国社会爆发了，它是如此悄无声息，要慢慢地、一点一点地才能被注意到。”阿奈特还指出，鉴于青春期已经被大幅拉长的情况，我们需要为一个新的人生阶段命名，他称之为“成年初显期”，间接指的就是这场“无声的革命”。

阿奈特对这一现象持有相当乐观的态度，没有掺杂一点喜忧参半的情绪。他说：“身为当今美国的年轻人，就意味着要经历既有兴奋，又有不确定性；既有开放的可能性，又伴随着困惑；既有新的自由，又有新的恐惧”。[3]在阿奈特看来，现在延长了的成年显现期也有其积极的一面，那就是——为年轻人提供了最佳的机会，让他们可以安排好善加规划的未来，围绕他们个人的“专长”、“兴趣”和“期望”量身定制的未来。但我想说，这种乐观仅适用于一小部分年轻人。对于其他年轻人来说，反而我们要增加对他们的关注，这可能是对这个现象的更为合适的一种回应。

我也不认为就像一些人所称的那样，我们把年轻人“逼得太紧了”。斯

坦福大学的心理学家马德琳·莱文（Madeline Levine）将年轻人的漫无目的归咎于“过高的期望”、“来自父母的压力”以及“家庭条件富裕”。我个人的观点是，正是在较高的期望下，年轻人才能茁壮成长（这是我在10年前写的一本书里提到的观点），[4]家长们也能够更加专注地把心思放在孩子身上。至于说家庭条件富裕的因素，我们的研究发现，无论是在富裕和还是不太富裕的家庭环境中成长起来的年轻人，都有着相似的心理和行为模式：一小部分分别来自富裕和不富裕家庭的年轻人有着强烈的方向感，并且能够全身心地投入到自己所做的事情上；另外有为数不少的年轻人都在寻找一些积极的、能够给他们的生活带来意义感的东西；还有一些年轻人，几乎没有表现出任何“想要去找一些有价值的事情做”的迹象，这样的人在富裕和不富裕的家庭中都有，只不过是极少数。所以我认为，我们必须看得更远一点，而不是拘泥于这些解释。

这就是“目标感”发挥作用的时候了。我们必须要引起重视，因为如果不能找到清晰、可靠的人生目标，会让人变得很颓废，这种影响会持续很久，甚至持续一生。

[1] Kenneth Keniston，The Uncommitted：Alienated Youth in American Society（New York：Harcourt，Brace，&World，1965），p.17.

[2] In this regard，The Uncommitted trod a similar path to Paul Goodman’s Growing Up Absurd，published in 1960，around the time when Keniston was finishing his research.Goodman’s nonempirical examination of growing up in America offers a critique of the society from the viewpoint of young people confronted with the various

hypocrisies and bad values embedded in the culture.Whatever one thinks about the validity of the critique，there is no question that the youthful protagonists Goodman had in mind were a smart and sensitive lot，prone to cerebral examinations of their surroundings.This keenly critical youthful persona had long been common in fiction（e.g.，Holden Caulfield in J.D.Salinger’s Catcher in the Rye）.Goodman introduced the persona to the world of sociological analysis and critique，and Keniston turned the lens of empirical social science on it.But both studies were representing a select and rarified perspective.

[3] Arnett，Emerging Adulthood，p.3.

[4] William Damon，Greater Expectatiom：Overcoming the Culture of Indulgence in Our Homes and Schools（New York：Free Press，1996）.

壮志未酬的中年

几年前，我遇到一群“学生”，他们刚刚开始参加一个师范教育类的学习项目。这群学生当中包括一些刚毕业不久的大学生，还有很多更年长一些的人（大约在30~40岁）。这些人之前应该是在其他工作岗位上工作了很多年的，是什么把他们带到这里来的？为什么（我很好奇）他们要选择这个新的人生方向？

在和这些学生们交谈之后，我发现这些年长一点的学生是从原来的法律、医药、军队和商业领域退出的。在一般人看来，他们并没有“失败”。其中一些人还曾经在企业或相关专业领域有过很好的工作，但他们都辞职了，并且抱怨的理由也都非常相似：他们从来都没有感觉到自己做的是一些对他们而言真正重要的事情。他们有一种空无目的、不够真实可靠的感觉，而且都表现出一种沮丧感，觉得自己把时间浪费在一些没有反映出他们人生最高理想的事情上面。简单来说，他们在年纪轻轻的时候就已经对工作产生了倦怠感。不管他们在一开始从事的是什么工作，在早期成年期当中的这一小段时间，他们都没能保持住热情，更不用说整个工作生涯了。

但至少这些跟我谈话的学生在他们处于中年的时候，选择了前进一步，识别出来了一个兴趣，这个兴趣可能带给他们尝试一个有意义的职业的机会。或许他们会在教学生涯中发现他们想要寻找的东西，也可能一无所获，只有时间能够说明一切。在我遇到的其他一些案例当中，如果一个人早期未能找到对他个人来说有意义感的工作，就好像将一锅盛满了焦

虑、挫败和困惑的食材慢慢煨炖，最终会是一无所获。往往是那些看上去已经走上正轨的人，会表现出最严重的忧虑感。一位30岁的心血管科医生最近来找我寻求建议和帮助。在他短暂的职业生涯期间，这位聪慧的年轻人已经获得了美国东南部复杂外科心脏手术“顶级专家”的荣誉。当然，市场上对他提供医疗服务的需求量也是很大的，问题是，他对这份工作已经痛恨到了几乎每天都不想起床的程度。尽管他也尝试过想要从拯救病人生命的工作当中找到一种满足感，但他却始终没有办法摆脱“从童年开始就一直在取悦他人”的这样一种感觉。他坐立不安地谈论着对于一成不变的未来的恐惧，从中可以明显感觉到他非常的不快乐。当我跟他谈话的时候，他已经徘徊在从长期的医疗教育中脱离的边缘，想要去找一个能够带给他更多对个人有意义感的工作。至于说这到底是怎样的一份工作，他还连一点模糊的概念都没有。但他的不舒适感已经强烈到了一定程度，跳入一种“未知”，对他来说好过待在现有的轨道上。

把这个故事跟我之前所提到的美国公共电视台的纪录片做个对比。在《获得学位的人数在下降》（Declining by Degrees）这部片子中，并不是每个学生都是在大学里混日子或者中途辍学。其中就有一个年轻的女生，她叫布列塔尼，像片子里所描绘的很多学生一样，布列塔尼当时也是很泄气，她说：“因为没有任何一件事想让我继续在学校里待着，我不是遇到了什么挑战，也没有真正考虑过什么事情，只是我真的不知道‘我是谁’，‘我将要做什么’以及‘我想做什么’，这真的很让人发愁。”但布列塔尼比较幸运，她和片中多数学生的遭遇都不太一样，就在她快要离开学校的时候，为了达到科学课的学分的要求，她无意中选修了一门天体物理学，没想到，她竟然对这门课很感兴趣。老师在发现她对此感兴趣之后（主要

是因为能够有兴趣，这本身就已经很不寻常了，足以让她从一起上课的同学当中凸显出来），坐下来跟她认真地谈了一次话，正是这次对话说服了布列塔尼，她可能在科学领域是有天赋的，甚至是她内心的召唤。最后当布列塔尼大学毕业的时候，她加入了一个天体物理研究所的项目。那位老师后来若有所思地说："有时，仅仅是一点点的鼓励就能让一切都发生改变"。

但若真的是这样，为什么仍然有这么多的学生在痛苦中挣扎呢？那个现在很多年轻人都需要的，用来寻找目标感的指引——"一点点的鼓励"，究竟在哪儿呢？

我在这本书里主张，这个问题很重要的一方面是，"目标感的缺失"这种现象并没有被那些想要寻找指引的年轻人广泛地认识到，甚至也没有在影响年轻人的备受公众注意的地方（如大众媒体、学校、市政与宗教组织等）出现。尽管我们整个社会都给予年轻人极大的关注和关心，但是在这件事情上的理解还远远不够，现在要做的事情，是聚焦于"如何帮助他们发现他们想要寻找的人生目标"。

目标、承诺、个人以及社会的幸福

为什么目标感这么重要？它对于年轻人带着启发和崇高的理想走向未来起到了怎样的作用呢？当然，不难看出来它给社会带来的好处。如果不是年轻的一代勇于担当起构建世界的重任，很难想象我们会拥有一个更加美好的未来。但在这本书里，我主要关心的不是社会，而是年轻人自身。书中所举的例子都是为了说明，找到清晰的人生目标对于年轻人获得人生的幸福感和满足感来说是非常重要的。而在当今的文化环境下，这件事情做起来会比以前困难很多。

我所说的“人生目标”究竟是什么意思呢？“目标”可以看作是一种“终极关切”，它是将“为什么”问到最后的那个答案：为什么你正在做着这件事？为什么这件事跟你有关？为什么它很重要？“目标”是“我们眼前的目标”以及“驱动多数日常行为的动机”背后的深层原因。

短期的渴望来了又走。一个年轻人可能渴望在考试中取得好的成绩，在舞会上能有一个浪漫的约会，拥有最新款的PS机，在篮球队中成为主力，或者是拿到知名大学的入学资格。这些都是渴望，是近期目标的投射，可能有长远的意义，也可能没有。而目标则不同，它本身就是终点。

一个人可以改变他的目标，也可以在若干年后添加新的目标进来，但目标本身的性质是：至少要经历一个足够长的时期，包括做出认真的承诺，并在这个承诺的目标上取得一定的进展。目标能够编排整个人生，不仅仅是给人生带来意义，更是为持续的学习和成就的获得带来鼓舞和动力。

我们如何帮助年轻人找到通向目标之路呢？好的消息是，我们已经很清楚“目标”对于年轻人这一生的价值，也知道年轻人该如何培养出他们的目标感，这样我们就可以采取积极的措施有效地引导年轻人找到这条路。在下一章，我将介绍发展心理学以及最前沿的积极心理学当中很重要的发现，关于为什么目标感对我们的人生有这么重要的作用，以及它是如何发挥作用的。第3章和第4章阐述了我们关于年轻人目标感的一些研究成果。在最后总结的那一章，我给那些希望帮助年轻人找到积极目标感的人提出了一些建议，告诉他们如何在帮助年轻人迈上目标之路的过程中扮演积极有益的，甚至是决定性的角色。

第2章　为什么“目标”对于丰盛的人生如此重要

“人若没有目标，就像船少了舵”，这句话出自苏格兰史学家与哲学家托马斯·卡莱尔（Thomas Carlyle）的笔下，距今已有大约200年左右。而在近代的宗教类、科学类以及一些通俗读物中，也在关注“人生目标的重要性”这个话题。例如教会领袖里克·沃伦（Rick Warren）在他的书《标杆人生》（The Purpose-Driven Life）中所阐述的宗教学观点——“我们活在世界上的一个核心任务，就是找到上帝赋予我们的目标”，[1]吸引了一大批的读者。沃伦对于目标的看法，源自于他基督教的信仰，但他的书影响力之广已经远超宗教类读者的范畴，这本书里还包含了很多关于“目标对于个人的意义”的洞见。沃伦很有说服力地指出，目标能带给我们的生命一种“能量”和“复原力”。持续不断的能量正是源自目标当中的信念所带来的激励；而不断增强的复原力则是源自于超越个人私利之外的坚定的奉献精神。这种坚定的奉献精神抵制了我们自私自利的破坏性倾向。

在过去的几年里，大脑、行为科学甚至医学研究对于“目标”及其相关的概念（如“意义”“方向”“终极的关注点”）以及它们对于人生幸福的作用都给予了极大的关注。研究发现，一个人的“人生目标感”和他几乎所有层面的幸福都密切相关。例如最近神经科学领域的一项研究发现，当人们注意到或者投入到与目标有关的活动时，大脑的某个特定区域会有强烈的反应。当人们在从事一些被视为是“目标所驱动的活动”时，[2]大脑里掌控“社交与道德判断”的特定神经网络就会被激活。关于老龄化的研究显示，预测一个人在老年时候是否会健康快乐，一个最重要的指标之一就是看他是否有持续的目标感。[3]通过对“有精神健康问题”和“身体残疾”的人

的研究发现，帮助他们寻找到目标感，有助于他们战胜心理上的缺陷。[4] 这些研究意味着“倾向于从事有目标感的活动”是我们与生俱来的特质，它在赋予我们能量以及指引我们做出多数人生重要选择方面，起到了非常重要的作用。

在心理学领域，一直以来有非常多的关于“目标”和“意义”的研究，也有一个强有力的实证研究案例来支撑卡莱尔的说法——目标正如那个舵，能够保证我们精神上的航向正确。有趣的是，那个案例是由很多截然不同甚至完全相反的观点凝结而成的。

临床心理学领域对于“目标的作用”的理解，很大程度上是受一本书——《活出意义来》（Man’s Search for Meaning）的影响，这本书具有划时代的意义，是由心理学家（同时也是犹太大屠杀的幸存者）维克多·弗兰克（Viktor Frank）所著，出版于1946年。纳粹谋杀了弗兰克的太太、父母以及祖父母，弗兰克本人也被囚禁在集中营长达三年之久。作为集中营的一个囚犯，他受尽了奴役、折磨和饥饿，以及其他极度艰苦的条件。他发现，唯有下定决心从这些苦难当中找到“意义”（将自己的想法写下来，对他人可能会有教化意义），他才能活下来。

弗兰克紧紧地握住他写的手稿，像抓住一个救命筏子一样。此书一经出版，便好评如潮。他观察了那些自身持有“目标信念体系”（比如有“宗教信仰”或对人类的进步有“坚定信念”）的囚犯，发现他们比那些只是想勉强度日的囚犯有更多的可能在集中营的艰苦环境中存活下来。他还发明了一种临床心理学的疗法，叫作“意义治疗”（Logotherapy），这种疗法是基于一个洞察：“目标”和“意义”作为抵抗沮丧及一系列焦虑失调症的保护性

因素，能够有效地促进精神健康。这在当时是一种很激进的想法，因为大部分的临床医师都被灌输了弗洛伊德的观点，认为神经官能性的疾病是属于潜意识层面的，需要通过深度的分析来治疗。弗兰克是心理学“认知革命”早期的先驱者之一，认知革命非常重视“推理心智”的作用，通过对“目标和意义的积极信念系统”的构建来建立精神的健康。

埃利克·埃里克森（Erik Erikson）则是从精神分析的理论出发，认定“目标性”是成年人维持个体生命力的关键指标。他认为人们在青少年时期的一个重要任务就是带着“务实的志向和目标感”，从童年中走出来。[5]从另外一个观点来看，社会心理学卡罗尔·瑞夫（Carol Ryff）和她的同事们曾经发布过一份报告，报告称“目标”“个人成长”“关系构建技能”“对人生的掌控感”以及“积极的自我形象”这些要素之间有着强关联。瑞夫相信这些是构成幸福的核心要素，无论对于人的健康还是快乐都非常重要。[6]

新兴的积极心理学，研究的是人类幸福感的关键促动因素，也经常被称为“幸福学研究”。在这个研究中，“目标感”被放在了与幸福相关的性格特征列表中最显著的位置上。[7]这个新兴的科学领域建立在心理学洞察、经济学研究以及大量有关“幸福”的研究结果（这个结果和之前人们对于幸福的直觉判断完全不同）的基础之上。其中一个让人觉得很有趣味、看似比较矛盾的发现是：那些最幸福的人，其实是很少花精力去追求个人享乐的。[8]事实上，人们热切追求的，以为可以感受到幸福的事情，其实跟幸福没有多大关系。例如“富裕”，仅和幸福有一点点关联。当然，一些非常贫穷的人除外，他们要依靠更多的收入来换取更多的食物、好一点的住所以及享受到好的医疗服务。同样，无论是“地位”、“荣誉”，还是其他想要努力得到认可，让自我感觉良好的东西，都无法让人确实明显地感觉

到“更幸福”。这些“奖赏”所带来的心情上的改善通常是非常短暂的，一开始有一阵光芒，但很快就会褪去。

而真正能够带来幸福感的，是“投入”到让人觉得充满吸引力的、有挑战的、让人不可抗拒的事情当中，特别是当这件事情已经超越了小我，对于世界来说都是一种价值贡献的时候。[9]无论是投身于探索自然真相的科学家，还是投入到新形式的美学创作的艺术家，他们感觉最幸福的时候，就是正当他们解决疑难问题的时候。

对崇高的目标追求，是另外一种主要的“投入”方式，崇高的目标可以驱使一个人让世界发生积极的改变。心理学家丹·麦克亚当斯（Dan McAdams）研究了一些他认为非常“有生产力”的人，这些人努力想要让世界发生积极的改变，他们会高度投入到工作、对下一代的养育或对年轻人的教导当中。[10]他们期望有所传承，并关注未来一代人的幸福安康。换句话说，这些人就是目标感非常强的人。麦克亚当斯的研究表明，与其他成年人相比，这些有生产力的成年人身体更加健康，心理上也更有满足感；他们更可能参与公民活动，与家庭、教会以及政治团体的联结也更为紧密；他们会从很乐观的视角来看待这个世界，并且也认为自己是高效率的人；他们倾向于把失败看作学习的机会，而不是任由失败把他们拽倒，相信阳光总在风雨后。这种健康的人生观不仅给他们带来了幸福感，而且也为个人成功创造了条件。事实上，一项针对享有盛誉的杰出成就者的调查更是进一步证明了他们和普通大众的主要区别——他们发展出了高度的意义感，并将其应用到了他们所从事的事业当中。

最近，我和我的两个学生回顾了发展心理学中对于“目标”研究的科学

文献，发现多项研究都证明了目标对于一个人青年时期的茁壮成长所起到的关键作用，这个作用还一直延伸到青年期之后。[11]最近的一项研究特别让家长感兴趣，是关于目标在儿童的生活中所发挥的作用。在这个大型的研究项目中，心理学家邦妮·贝纳得（Bonnie Benard）指出，部分儿童可以从最严重的创伤和逆境中复原。[12]她发现那些在困境中能够迅速适应的儿童有四个关键的特质：目标感（超越当前，追求更长远的目标）、自主性、社会能力以及问题解决的技能。在这四个关键特质中，我认为目标感是最重要的一个，因为正是由于目标感的驱使，孩子们才有了去构建其他几项特质的动机。贝纳得的这项研究对于当代的青年发展领域有深远的影响，而她关于“目标对儿童复原力的作用”的研究结果也被多次转载。[13]

此外还有一些研究表明，目标能够帮助年轻人掌控他们的内心生活，包括控制那些不时从每个年轻人头脑里蹦出来的自我毁灭的冲动。神经病理学的研究证实了每个和年轻人相处过的人都感觉到的一点：年轻时期正是激情燃烧的时候，青春期突然猛增的神经元负荷给青春期的认知和情绪系统施加了很大的压力，[14]结果就是青少年会把精力一股脑地投入到任何可能引起他们注意的事物上面，这就容易走向极端，有时甚至会让青少年做出非常危险的行为。也正因为如此，青春期对于自己或他人来说，都可能是有风险的。疾病和死亡率在青春期增加了200%，酒驾成为引发青少年死亡的第三大原因，还有其他一些荒谬鲁莽的事故也在高居死因榜单前列。这一切都是由于大脑神经元突然猛增，青少年的激情放错了地方，所导致的悲剧性并且毫无意义的结果。

神经元的快速生长，引发了这些难以控制的情绪以及高风险的行为，

然而也正是这些神经元，提升了年轻人的判断和理性分析能力。青春期早些时候的大脑发育，能够使年轻人拓展感兴趣的领域，还能够提升他们对某个兴趣的认真程度。年轻人是可以（的确能够）变得对弹奏乐器或编写电脑软件充满热情的，就像他们对酒后飙车的热情一样。问题就在于：他会做出怎样的选择？

正如罗尔德·达尔（Roald Dahl）所指出的那样。

这些燃烧的激情完全可以用在更健康的地方，服务于更高水准的目标。“激情”跟生理本能和原始的情绪要素同样，都根源于深层的大脑系统。但是“激情”会和人类最高层次的努力紧密相连：对“创意”和“理想”的激情、对“美”的激情、对“艺术”和“音乐”的激情，还有在运动、商业或政治上取得成功的激情，对人、事、物或爱好的激情等，都能够让人产生一种超然的感觉。[15]

在本书接下来的几章中，尤其在第4章，我们将会看到拥有目标感的年轻人是如何将他们的激情转化为具有生产力的追求的，恰恰就是上文中达尔所建议的做法。

在顺境的时候，目标能够赋予人快乐感；在逆境的时候，目标能够赋予人复原力。这点对于人的一生都适用。青春期和成年初显期的人是最容易遭受“损害”的，然而，借由“目标”的存在，有目标感的年轻人（在后文中会看到一些案例）不仅可以规避自我毁灭行为的风险，更是可以展露出明显积极的态度，激发自己对认识世界的渴望。

通过把人们从自我的世界里带出来，带到可以被深深吸引的事情上

面，“目标”可以把人引向一种自我满足。有了人生目标的人，会不再关注自己如何，而是沉迷于手头的工作或者待解决的问题。当他们集中全部的心力去解决一个问题时，会发现自己其实拥有着以前从未认识到的能量：没有尝试用过的天赋潜能、新的技能、未开发的精力储备。当他们朝着目标迈进的时候，会有一种由衷的兴奋感，忘记每天的忧虑和痛苦，忘记自己身在何处，忘记时间……总之忘记了物质世界里所有纷扰内心的东西。在这种情况下，他们正在经历着一种极致的感觉状态，也就是心理学家米哈里·齐克森米哈伊（Mihaly Csikszentmihalyi）所称的“心流”状态。[16]研究结果已经很清晰了，全神贯注地投入有目标感的任务尽管可能感觉劳累，但它却能给人带来深深的满足感、幸福感以及兴奋感。

这里面有一个看似矛盾的地方是，为着目标竭尽全力、不求回报地奋斗，极少考虑个人所得，反而比以快乐本身为目标、热切地追求快乐更能通向幸福。自我沉溺和自我放纵并不是获取幸福的有效策略，到头来还是会感觉到空虚和懊悔，因为它们没有办法满足人类内心深处最真实、最深层的一种愿望——“过上有意义的人生”这一普世的渴望。此外，自我沉溺还会造成情绪上的不稳定。专注于对目标的追求，能够带来情绪上的平稳，使得人生能够稳步向前。事实上，每个写过关于心理满足感相关文章的人都指出，获得心理满足的一个关键条件，就是“积极正向的心态”、“前行的方向感”以及“情绪上的稳定”三者的融合。

[1]　作为我们对道德典范所做的研究的一部分，我们从广泛且多样化的意识形态的角度，访谈了20位神学家及其他一些学者关于如何定义“高尚的”与“卑劣的”目标的差异。这些访谈的结果是我得出结论的依据。关于完整的一组结果，请参阅科尔比和戴蒙所著的《真心关怀》（Some Do

Care：Contemporary Lives of Moral Commitment）一书中的第2章。

[2] Vittorio Gallese，Morris Eagle，and Paolo Migone，Intentional Attunement：Mirror Neurons and the Neural Underpinnings of Interpersonal Relations，University of Padua，2005；M.Jacobini et al.，“Grasping the Intentions of Others with One’s Own Mirror Neuron System，”PLOS Biology（2005），529-35.

[3] P.B.Baltes，U.Lindenberger，and U.M.Staudinger，“Life Span Theory in Developmental Psychology，”in W.Damon and R.M.Lerner，eds.，Handbook of Child Psychology，Vol.1.Theoretical Models of Human Development，6th ed.（New York：Wiley，2006），569-664.

[4] See E.Werner and R.Smith，Journeys from Childhood to Midlife：Risk，Resilience，and Recovery（Ithaca，NY：Cornell University Press，200I）.

[5] Erikson，Youth：Identity and Crisis（New York：W.W.Norton，1994）.

[6] C.D.Ryffand B.Singer，“Middle Age and Well-Being，”Encyclopedia of Mental Health（New York：Academic Press，1998），707-19.

[7] See，e.g.，C.Peterson and M.Seligman，Character Strengths and Virtues：A Handbook and Classtfication（New York：Oxford，2003）.

[8] Daniel Kahneman，“Experienced Utility and Objective Happiness：A Moment-Based Approach，”in Daniel Kahneman and Abraham Tversky，eds.，Choices，Values and Frames（New York：Cambridge University Press and the Russell Sage Foundation，2000），673-92.

[9] Ibid.

[10] D.McAdams，“Generativity in Midlife，”in M.Lachman，ed.，Handbook of Midlife Development（New York：John Wiley，2001），395-443.

[11] W.Damon，J.Menon，and K.Bronk，“The Development of Purpose in Adolescence，”Journal of Applied Developmental Science，7（2003），119-28.

[12] Bonnie Benard，Fostering Resiliency in Kids：Protective Factors in the Family，School and Community（San Francisco：Far West Laboratory，1991）.

[13] See，e.g.，Timothy Burns，From Risk to Resilience：A Journey with Heart for Our Children，Our Future（Marco Pao Publishers，1994）.

[14] Ronald Dahl，“Adolescent Brain Development：A period of vulnerabilities and opportunities，”Annals of the N.Y.Academy of Sciences，1021（2004），1-22.

[15] Ibid.

[16] Mihaly Csikszentmihalyi，Finding Flow：The Psychology of Engagement with Everyday Life（New York：Basic Books，1997）.

目标的征兆

究竟什么才是目标？当我们看到它的时候，如何知道那就是目标呢？

每个词都可以有多种用法，但出于细致分析的考虑，有必要为“目标”下一个精确的定义，并一直沿用下去。一些人喜欢对于一个定义是否涵盖了这个词所有的含义吹毛求疵，但不能因此就不下定义，定义至少可以让我们对于所讨论的东西的认知从根本上变得更清晰。我在上文所提到，在对科学文献翻阅当中，我们发现在过去几年，有关人类发展的研究已经对于目标的定义大致达成了一致的意见。[1]经过我们对这些字句琢磨、精简过后，就有了下面这段定义：

目标，是为了达成一些对自我有意义，同时对世界有重要影响的事情，而产生的稳定具有概括性的意图。

我们之所以选择这个定义，是因为它强调了两个关键点：第一，这里讲的目标，比普通的低水平目标（如“今晚要玩得开心一点”“在市区里找一个停车位”“买一双既便宜又好看的鞋子”，或“通过那场化学考试”）更长远、更稳固；第二，目标对于个人意义的寻找或许起到了一定的作用，但是它超越了个人生命的意义，因此也不严格等同于个人意义。目标是超越个人意义的，它暗含了一种想要让世界变得更美好的愿望，或许是对他人有所贡献，或许是创造一些新的事物，或许是完成自己的使命。所要达成的成就可以是物质上的，也可以是非物质的；可以是对外的，也可以是对内的；可以是现实的，也可以是纯粹理想主义的。很多时候，一个目标用尽人的一生都无法抵达和实现，例如“消灭贫穷”或“创造世界和平”。但一

个极富野心的目标未必就是天真而幼稚的，对很多人来说，是他们产生强烈动机的切实来源。

真正的目标，是一种终极关切，是一连串问题（为什么？为什么我要做这件事？为什么这件事跟我有关？为什么这件事对我和对这个世界很重要？为什么我要力争达到目标？）的终极答案，是当前的目标以及驱动我们每日行为的动机背后的原因。

目标和动机来了又去。一个年轻人想要一辆新车、去墨西哥旅行、考试取得好成绩、获得心仪大学的入学通知等，这些都是短期的目标，而不是终极关切，只是达到更重要的终极目标的方式。而目标本身就是终极目标，是驱动短期目标的终极关切，例如，“我想要取得好成绩进入医学院，这样我就能够成为一名医生，为病人治病”，或“我想要赚钱，这样我就能成为一个企业家，创建一个大的商业企业”。需要指出的很重要的一点是，短期目标、长期目标和更远大的目标，并不是毫不相关的。研究表明，如果没有远大的目标，短期目标和动机通常不会有什么结果，很快就会在无方向感的活动中消耗殆尽了。[2]

目标可以是复杂的、野心勃勃的，如“我想要帮助非洲国家找到防止疟疾扩散的方法”；也可以是朴素的、常见的，如“我想拥有一个美满的家庭，照顾好我的孩子”。这些目标可以随着时间改变，也可以在过了几年之后，增加一个新的目标。但是目标的本质就在于持续的时间足够长，能够让一个人在实际行动当中表现出他对这个目标的承诺，并且能够不断取得进步，迈向这个目标。对目标的追求可以主宰一个人的一生。目标不只是赋予人意义感和兴奋感，更是让人拥有了不断学习和取得成就的动机。

基于对于人类发展的研究，我提出了一个关于“目标及它在人的茁壮成长中所发挥的作用”的很重要的洞察。我的这项研究是在很多年前做的，当时是受一位大师的发展理论的影响。直到今天，这个理论还影响着我，塑造了我对于“在年轻人的发展中，究竟什么最重要”这一问题的理解。

[1] Damon，Menon，and Bronk，“The Development of Purpose in Adolescence.”

[2] See，e.g.，Robert Emmons，The Psychology of Ultimate Concerns：Motivation and Spirituality in Personality（New York：Guilford Press，1999）.

关于人的繁盛发展，我接受的早期教育

当我以一名助教的身份开始我的学术生涯的时候，让我感觉很突然的是，一位非常好心的系主任为我提供了一份游学奖学金，可以有一个月的时间在位于瑞士日内瓦的让·皮亚杰（Jean Piaget）的实验室做访客。皮亚杰是当时最有名的发展心理学家，他的著作对我早期的研究有相当大的影响。我非常高兴能够有机会见到这位大师，这个时间段赶得很巧，因为就在第二年，皮亚杰先生就去世了。

在我准备这次拜访的过程中，我遇到两大障碍。首先，我的法文很糟糕，我花了数月的时间临时抱佛脚；其次，虽然我已经带着崇拜的心，如饥似渴地读了很多皮亚杰的著作，但我和领域内的很多人一样，发觉他最近写的一本书事实上很难读得懂，而这本书恰恰又是皮亚杰在阐述一个最重要且最疑难的问题（是什么促成了人的发展）的解决之道，这徒增了我的焦虑。皮亚杰把这一问题的答案称之为“平衡作用”（也是这本书的书名）。很坦白地说，这个书名让我花费好几个小时，试图读懂这本晦涩的书之后，所能理解的全部内容。

然而，我已经下定决心在这次旅行之余能够尽可能地多了解一些，学习大师在“人的发展最深层的谜团”这一问题上的第一手的解决方案。当我第一次到达日内瓦的时候，似乎运气很好，因为皮亚杰在教一个研讨班，讲授的就是这个主题。很明显，这是他在生命最后的这段日子里最主要关注的事情。“老板”（他的学生和助理都这么称呼他，在我自己的实验室里，到现在还没办法适应别人这么称呼我）邀请我在这一个月的时间加入

他们的研讨班。多么难得的机会啊！不过很快，皮亚杰在研讨班上的论述，就变得和他的书一样令人费解。这不仅仅是因为我不太流利的法语，在和本国的学生一起喝咖啡、啤酒的时候，他们告诉我，他们和我的感觉一样，也听不太懂。

最终，在我访问的最后一天（这个时间点让我感叹会不会是老天故意安排的），大师终于说了一些我确实能够听得懂的东西，并且直到今天仍感觉深受启发。他对一名学生提出的困惑（当然也是我们大家的困惑）——“什么是平衡以及如何将它应用于人的发展”而感到恼怒。按照字面意思理解，“平衡”意为达到一种平衡的状态，没有一个人能够理解这怎么就能够使人的发展产生变化。皮亚杰问同学们：“如果你掉进了水里，能保证你不沉下去的最好方式是什么？”情急之下，这位提问的同学接二连三地猜了几个答案：“漂浮？踩水？把头抬起来，拼命踢脚？”“不对！”皮亚杰大发雷霆，“你必须要游泳，而且要朝着一个方向游，必须将整个身体向前移动，这样你才能保持稳定，还有一个顺带的好处是，也许你可以游到某个地方，这就是‘平衡作用于人的发展’的含义。它是指逐步向前，不要试图停留在某个地方。”

最终，皮亚杰关于“游泳”的这个比喻点醒了我，让我能够处理家长和教育工作者在引导年轻人方面所面对的关键问题——如何能够确切地分辨出一个年轻人是否进入了茁壮成长期（或开始“上了轨道”）？就年轻人的茁壮成长而言，什么才是最重要的？我们如何能够在行为上的问题显性化之前，就关注到这些问题？

主要的问题是，任何关于茁壮成长（或失败）的假设性行为指标，都

可能会是一种误导。可能一个年轻人全身心地投入到了各项活动当中，并且每项活动都很擅长，但他仍然会感觉到缺乏正确的方向；或者他可能会面临一些身心上难以逾越的障碍，但其实他正走在克服它们的路上。例如，一个儿科医生可能会激进地认为，如果一个孩子到了七岁，简单的语言表达仍有困难，那么可以认定他没有进入茁壮成长期，因此建议把这点作为一个衡量指标。但是又有海伦·凯勒（Helen Keller）的例子，尽管她有严重的残障，致使她整个青年时期的语言能力都发展迟缓，但是她的一生却足以作为繁盛人生的标杆。同样让人感到惊讶的是，有多少奥林匹克运动员在他们早年的时候都跟身体上的缺陷做过斗争；又有多少商界成功人士曾经有过某种学习障碍；有多少聪明过人的科学家小学数学没及格；又有多少世界领袖在年轻时曾被社交问题困扰过。我们如何能够尽早地判定这些人正在走向成功，哪怕暂时有一些障碍显现出来？也就是说，从发展性的角度来看，当他们年轻的时候，确实是走在一个良好的发展轨道上的吗？

在这里，我相信皮亚杰的解答是关键。比任何一个特定的行为指标（例如通过考试、获得奖项、好的人缘，甚至所表现出来的总体快乐程度）都更能表露问题的是，年轻人付出努力的方向和意义。这其中相关的因素包括：年轻人是否在试图朝着有值得努力的目标前进？年轻人是否找到了让他有满足感的目标，激励和引导他去为之而努力？年轻人的目标是否被他身边的那些他需要从他们那里获取支持的人们所理解和看重？

当满足以下两个重要条件：一是在朝着一个有满足感的目标前进，二是拥有一个与努力相连贯的社会支持系统，那么就极有可能表明这个孩子会有好的发展。尽管年轻人可能在某些方面可能会经历挣扎，甚至失败，

但从发展性的角度来看，他是上了轨道的。当然，仍需要经过一段时间的观察，才能够做出这个判断。从一张棒球手（挥棒三次都未击中球，表情略显挫败）的照片来判断，你并不能知晓他下一次击球的时候是否会非常出色，也不知道他的球队能否赢得这场比赛。但通过了解这个棒球手和他的球队是如何克服困难的，他们处于不利局面时候的决心、士气、毅力，以及了解他们在这个节骨眼上的动力如何，关于从长远来看这个球队能否占据优势，你就能知道很多。人生，与很多运动赛事非常相似，很大程度上是一种复原的游戏。

发展心理学在过去的几十年里提出的最有趣的观点之一就是“J型曲线”的现象。[1]当在观察儿童学习掌握各个领域（如数学、写作、艺术）的新技能时，心理学家注意到一个令人感到惊讶的模式：当一个学习者努力去迎接新的、困难的挑战时，他的能力在刚开始的时候会出现下滑，做一些之前认为很简单的任务都会犯错，学习者感觉自己从未有过的愚笨，竟然会犯如此低级的错误。这就是“J”的中间部分“向下凹陷”的地方。但是回过头来会发现，所谓“低级错误”，不过是成长过程中必经的错误而已。一旦学习者越过了凹陷区，他的表现就会迅速提升到新的高度。

这不只是纯粹的学术观点。对于我们所研究的对象（那些身处在让人感到“困惑”，经常还觉得有点“害怕”，还往往觉得“奇妙”的这样一个青春期发展过程中的年轻人）来说，如果周围的人们能够看到他们尽管处在混乱的青春期，却依然能够发展得不错的时候，事实上年轻人的获益是极大的。因为当成年人能够意识到这一点，年轻人才会感觉到有人相信他们。接收到这样一个信息，足以让年轻人在寻找人生的方向上感觉一切都变得不一样了。

[1] See S.Strauss, “Developmental Change,” in William Damon, ed., Handbook of Child Psychology, 5th ed. (New York: Wiley, 1998).

目标的崇高与卑劣

我需要提出的最后一点，是关于“如何知道某个目标就是能给我们带来真正目标感的目标”。因为它关联到一系列的问题，也是我在做讲座的时候经常被问到的刁钻问题：“如果是‘不好’或者‘邪恶’的目标会怎么样？它们是否和积极的、亲社会的目标一样，能够给人们带来真正的目标感？它们也能给人带来同样的动力吗？我们又如何判定一个人的目标是好的还是恶的，崇高的还是卑微的呢？”

毫无疑问，的确有一些投身于卑劣目标的人有着卑劣的行径。或者还有更常见的，一些人顶着崇高目标的名头，做的却是些卑劣的事情。历史上的暴君，为了所谓更高的原则，不义地杀害民众。要想真正称得上是崇高的目标，“如何”付诸行动的过程，以及“为什么”要有这样一个目标，都需要建立在很强的道德感的指引之下。找寻崇高的目标，一方面意味着献身于某件值得做的事情，另一方面也意味着以正直的、高尚的方式去做。因此，要区分目标是卑劣还是崇高，一个很有效的方式就是去分析它的手段与结果是否都是高尚的。举一个极端的例子，如果说为了追求“消灭世界范围内的贫穷”这一目标，而把穷人都灭绝了，这显然就不能算是一个崇高的目标。

就我对人生目标的观察，大量文献资料的阅读，以及对此话题有兴趣的学者的讨论，[1]以及个人在这件事情上的思考来说，可以总结为以下几点：

1.只有积极正向的，对社会有益的目标才能带来持续的激励、动机和

复原能力，这正是真正有人生目标感的人的特征。之所以这么说，最主要的原因是，这是我们人类与生俱来的遗传特质：当我们对他人表现出善意和同理心时，我们体内的一系列运转程序就会让我们体验到一种“道德升华”的感觉。[2]

2.邪恶或卑劣的目标也许可以在一段时间内带来强烈的激烈感，但最终会消耗殆尽，或者慢慢被与日俱增的怀疑和不确定感所消耗，或者被突如其来的自我毁灭行为所摧毁。这里又要提到，我们的生理结构某种程度就是我们的命运：当我们表现出不人道的行为，所采用的方式不符合内在的道德标准时，我们就会被身体的程序设定，要体验一种“道德厌恶”感，这种感觉不是即刻的，也不是有规律产生的，但最终是不可避免的。[3]

3.崇高的目标能够促进他人的幸福，追寻目标的过程是要遵循“诚实”、“尊敬”这样的道德准则，并且通过“人道主义精神”而非“自我膨胀”来实现的。而卑劣的目标会伤及他人，追求卑劣的目标，是经由“欺骗”、“不尊重”的方式，反映了当事人极端自私自利、狂妄自大的动机。那些披着代表人民利益的外衣发动战争的暴君，依靠的是“背叛”、“谎言”和“恐吓”来维系着自己的权威，把他们和那些真正说真话的、愿意倾听人民心声的、采取一些措施来满足人民需求的受人欢迎的领袖区分开来，并不是件难事儿。[4]

[1] As part of our study of moral exemplars , we interviewed twenty theologians and other scholars , from a wide variety of ideological perspectives , about how to define the difference between noble and ignoble ends.The results of these interviews are the basis of my

conclusions here.For the entire set of results，see chapter 2of Colby and Damon，Some Do Care：Contemporary Lives of Moral Commitment.

[2] J.Haidt，The Happiness Hypothesis：Finding Modern Truth in Ancient Wisdom（New York：Basic Books，2006）.

[3] J.Haidt，"The Emotional Dog and Its Rational Tail：A social intuitionist approach to moral judgment，"Psychological Review，108（2001），814-34.

[4] P.Ebersole and K.DeVogler-Ebersole，"Meaning in Life of the Eminent and the Average，"Journal of Social Behavior and Personality，vol.1，no.I（January 1985），83-94.This study is especially interesting because it was testing a hypothesis put forth by the philosopher Will Durant，who had extensively studied eminent people through the ages.

目标可以在哪里找到

在我们的社会当中，工作领域是人们能够找到目标的一个主要地方。目标能够为我们的工作注入能量、复原力以及长久的满足感，在工作之外的人生其他领域也是同样。[1]在一项对美国中年人的研究中，心理学家安·柯比（Anne Colby）发现，无论是白领、蓝领还是粉领的工作者，都可以从他们的工作当中找到目标感，将他们的工作视为奉献社会和承担家庭责任的一种方式。巴士司机、护士、售货员、服务生和那些在专业领域（如法律、医疗）工作的精英们有同等的可能性寻找到工作的意义。和中年人群中普遍存在的对于工作的抱怨——无意义、劳累、公司政治、官僚的纸面交易、十分愚蠢的老板相比，这个研究结果似乎让人有些吃惊，但这项全美范围内的抽样调查还是发现：大多数被调查者（79%）都认为他们的工作是有意义的。[2]

在每一个职业领域，都会有一些人看不到他们工作的意义，也不奇怪这些人会把工作看作是负担，当然这些人只是少数，在样本中大概占到20%多一点。在工作中找到目标感的人更有可能远离职业倦怠，仍然保持对工作的投入状态。带着目标感进入职场的年轻人也更能有效地避免掉入“无目标感的漂浮状态”的陷阱。

在这项研究里，职场人士提到的目标感的来源有：“工作做得不错”、“对社会有所贡献”、“帮助他人”、“养家”、“支持我的同事”、“让组织有所改变”、“传宗接代”、“个人成长”以及“自我的展现”等。有趣的是，研究中有高于40%的人声称，他们满足感的来源之一，正是追逐这些目标

的乐趣。

传统意义上，有目标感的工作也被认为是一种“召唤”，这个词听起来是那么的“冠冕堂皇”，以致很少有人把它联系自己的工作来谈（不过，正如我接下来要提到的，实际上大多数的美国人从事的是跟内心召唤相近的工作）。一个不幸的结果就是，年轻人很少被鼓励着去发现他们内心的召唤。相反，在现实主义的误导下，我们经常劝告年轻人找一份更加稳定有保障的职业，而把“召唤”的理念当作空洞浪漫的幻想。对于这样一个贬义的认知，颇具讽刺意味的是，至少在语言学层面，“职业”（vocation）这个词本源的词义是和“召唤”（calling）的意思是相同的，“职业”一词最早就源于拉丁文的vacatio，也就是“被召唤”的意思。

把“工作”当成是“召唤”，这样的信念源自于古老的宗教教义，但和很多带有宗教根源的价值主导观念一样，现代社会学者还是发现，即使从世俗的角度看，这个观念仍然具有吸引力。社会学者马克斯·韦伯（Max Weber）曾经写过这样的话：所有的人都有属于他自己的独特的召唤，反映在三个关于他们自身和这个世界的特点上：他们自己的能力；世界对于他们的能力所能提供的服务的需求；他们对于以自己的方式服务于社会的愉悦感。

当一个人将工作视为“召唤”，而不仅仅是一份工作时，工作的体验也就随之改变了。哪怕是完成最常规的工作，都会成为自豪感的来源；原本感觉枯燥无聊的工作都会变为能够让他人的生活有所改变的有意义的事情；挫折感会消失不见。研究表明，这些影响无论对于白领还是蓝领、私人还是公共机构、大公司还是小公司都同样有效。[3]它同样作用于处于职

业生涯的初期的人、职业巅峰期的人以及快要退休的人。它还具有感染力：那些有使命感的人还能够激励他身边的人们寻找到他们自己工作中的深层意义。

我们领会“召唤”所起的作用，很重要的一点是要知道，哪怕在一些看似最平凡的工作以及事业中，召唤都可能存在。几年前，我受邀去拜访一个小镇，这个小镇上的年轻人虚度光阴的方式很是让人忧心。这里并没有什么突发的事情发生，既没有发生过悲剧性的死亡事件，也没有发生过类似科伦拜校园枪击事件，但是却被一连串的青少年酗酒、酒后肇事、学业失败，以及其他典型的青春期问题所困扰。一对家长告诉我，她的儿子跟他的一些朋友在当地的一家餐馆工作之后，行为表现明显好了很多。出于好奇，我决定去和餐馆的经理聊聊。那是一家快餐店，快速地为大量的顾客提供显然算不上是美味佳肴的餐饮服务。但这位经理表现出无比的自豪感，就好像他是在运营一家米其林五星级餐厅。他告诉我，“我们提供给人们的是他们可以享用并且负担得起的美食，让他们既感觉不到烦恼，又感觉不到因就餐而耽误时间，在这样的情况下继续他们的生活。比如一家人来到这里就餐，离开时他们的心情都变得更好了，孩子们找到了他们的乐趣，做父母的也不用做饭，也不需要取出房子的‘抵押贷款’来买单。”

那么这位经理手下的年轻员工情况是怎样的呢？经理说，“他们刚进来的时候都抱着一种态度，认为顾客都是讨厌鬼，他们的工作就是用最少的力气打发这些客人，然后躲到后门去抽烟。我告诉他们，要把每一位顾客都当作你们最亲密的朋友，他们同等重要，你们的工作不仅是给他们打餐和收钱而已，你们的工作是要让顾客脸上挂上笑容。当孩子们领悟到这一点时，所有的一切都改变了：他们的态度、行为方式、着装打扮等。他

们因所做的工作而感到快乐和激动，就像我一样”。

这位经理做这份工作的快乐和满足感不言而喻。从我拜访所搜集到的信息来看，这些在快餐店工作的孩子们也的确很享受他们的工作，他们不属于镇上的人们所担忧的那一类问题少年。很显然，不仅仅是他们对于工作上面的投入，在其他方面，他们也已经“上了轨道”。他们在餐厅经理那里上了一堂课——“积极的态度”，这不仅增强了他们在学校学习的动机，改善了他们在社区的行为表现，同时也提高了他们的自我感知力。他们确实感受到，自己其实是有能力让世界发生一些明显的改变的，尽管这些努力在他人看来只是属于小范围的。

一个崇高的目标，不一定非得是英雄式的，也不一定需要非常大胆、冒着生命危险去做一些事。崇高的目标可能也有这层意思，看我们的历史书里，都是激动人心的勇敢者的描述，他们也的确拯救了世界，但在日常普通的生活中，同样也可以找到崇高的目标。一位照顾自己孩子的母亲，一位教学生知识的教师，一个为病人看病的医生，一个为改善社区而参加竞选的市民，这些人都有着对崇高目标的追求。类似的，还有非常多的普通人将自己的时间、关怀、努力和财物奉献给了慈善机构、亲戚朋友、他们的社区、他们自己的信仰还有他们工作的责任。

[1] A.Colby，L.Sippola，and E.Phelps，“Social Responsibility and Paid Work，”in A.Rossi，ed.，Caring and Doing for Others：Social Responsibility in the Domains of Family，Work，and Community（Chicago：University of Chicago Press，2001）.

[2] Ibid.，p.86.

[3] Ibid.

科学和宗教的共识

宗教信仰是寻找到人生目标的另一个持久而有力的来源。在现代社会，科学领域的倡导者和宗教领域的倡导者经常发生口舌之战，但在关于“人类追求目标感”的这个现象上，就没有这么多争辩了。因为科学和宗教的传统，本质上说的都是同一种东西。历史上所记载的伟大的宗教，讲的都是关于人们尽管遭受严厉的压迫和苦难，仍然坚持奉献及保持心理平衡的故事。每一种宗教，传统上都是在倡导一种观念：我们越靠近上帝所赋予我们的目标，我们的日常生活就会变得越尽如人意。这就是我之前提到的沃伦的那本很有影响力的书——《标杆人生》的主题。在我和安·柯比（Anne Colby）几年前完成的一项对于“道德模范”（指那些在人生相当长的时期内，对于类似“同情”“公平正义”等道德理想都表现一种出超乎寻常的坚守的人们）的研究中，我们访谈了一些强烈信守于自己信仰的人。他们告诉我们，遭遇考验他们信仰的一些困难，他们一点儿也不觉得难过，而是很感恩，甚至感觉到喜悦。他们相信自己所经受的这些苦难，能够让他们更加靠近上帝。这些身上闪耀着“目标的光芒”的道德模范，给那些知道他们的人们和听说过他们（如何奉献自己来帮助食不果腹的贫民，为公民的权利而奋斗，及投身于其他崇高的人道主义事业）的人们，树立了光辉的典范。[1]

本书中的大部分例子都取自非宗教的领域，如工作、家庭、公民身份等。但毫无疑问的是，宗教性的目标一样能够带来个人积极心理层面和社会层面的益处。在接下来的章节中，我会举一些年轻人如何通过宗教信仰找到充满意义感的人生目标的例子。当然，这个古老的方法在当今的文化

环境下已经不怎么能见到了。在2007年1月份的《纽约时报》上，报道了年轻人“正在远离信仰，像轮胎一样慢慢漏气”的现象，[2]也是各个宗教派别都面临的问题。“主线基督教教派已经被这个问题困扰多年，近来美国福音派教会的领袖也对‘年轻人出走潮’的现象发出了警讯”。也有另外一种倾向就是，一般来说，成年人所持有的宗教信仰在过去的几十年里会相对稳定。但关于年轻人人生目标的来源，据观察员描述，一种新的“代沟”出现了，这种“代沟”的存在，让很多父母不愿意，也无法将他们的宗教信仰传承给他们的孩子。[3]

[1] See Colby and Damon，Some Do Care：Contemporary Lives of Moral Commitment.

[2] “A Church’s Challenge：Holding On to Its Young，”New York Times，Jan uary 16，2007，p.5.

[3] “Religion’s Generation Gap，”Wall Street Journal，March 2，2007，p.W 1.

现实主义与更广泛的利益

不幸的是，如今只有少数的年轻人在为成年人的生活做准备，这种准备包括综合了自我的评价以及目标的倾向性，而产生出一种被召唤的感觉。要产生这种“召唤感”（详见第4章），需要满足以下几个条件：①对自己的能力有真实的认知；②对于“这些能力如何服务于世界某方面的需求”感觉有兴趣；③对于通过这样的方式发挥能力感到很愉悦。这三条适用于任何一种职业。

但是现今的很多年轻人还远远不能将“自己所掌握的知识”和“世界所需要的，让人能够产生目标感的服务”两者整合起来。很多人还是都只是在漂浮的状态，也有一些人抓住了一个有点充满浪漫主义和幻想色彩的职业，但却并不清楚该为此职业追求做点什么，也不知道周围有那些人可以在职业追寻的过程当中帮助自己。不少年轻人怀抱着非常不切实际的野心，跟实际个人能力根本不沾边。例如一个资质平庸的高中体育生，幻想成为迈克尔·乔丹（Michael Jordan）；业余的电影迷们，幻想他们是下一个史蒂文·斯皮尔伯格（Steven Spielberg）；一个高中校刊记者，认为自己可以立即当上一个很大的电视网的主播。当然，今天的一些年轻人的确有天赋，有热情，也有决心去从事这些“名人”类型的职业，但大多数人必须不断跟现实作斗争，现实就是——他们其实不是做这块的料。

问题的根源是，当年轻人考虑未来的工作的时候，只是考虑到职业很表层的一些特征——能给他们带来什么、看上去能不能唤起他们的兴趣，以及从中获得名利双收的可能性有多高，而没有考虑到他们想要借由这份

工作达成什么目标，以及他们如何将自己的天赋潜能用到自我之外的世界上。

成功的人会专注在他们想要完成的事情上，并且尝试在一些他们知道自己有能力去做的事情上取得成功，鉴于此，他们很清楚地知道，自己会从这份工作中寻找到乐趣和意义感。对于一个刚刚开始迈上职业发展道路的年轻人来说，“目标”是获取成功人士这种非常重要的态度的关键。但是我们的教育系统在哪里有跟我们的学生介绍过这个重要的概念呢？我们什么时候又有花时间和心力来帮助学生们把他们的自身能力、兴趣和特定的职业选择（或者用经济学语言来说是“劳动力市场的需求”）做过匹配呢？太多的年轻人在人生一些重大问题上面处于任由自己瞎摸索的状态。这些重大问题如：“我的召唤是什么？”“我必须为世界做出贡献的是什么？”“我来这里是为了什么？”似乎是我们在逃避这些问题，害怕面对它们，无论就我们自己而言还是对我们的孩子而言。

年轻人如何能够做出正确的选择，他们身边的成年人又如何能够提供支持和指引来帮助他们做出正确选择，这些就是这本书余下的部分要谈论的话题。我们的研究表明了全美国的年轻人是如何面对这个挑战的，一些人成功了，一些人则失败了。我接下来会谈论有关“成年人的影响”在解决这些难题上所发挥的作用。然后我会给出自己的建议，关于如何用“引导孩子去找到真正的人生目标”的方式来培养孩子。

第3章　谁在茁壮成长，谁还未走向正确的方向

在当今这样一个碎片化的世界里，年轻人被明显地区分为几个独立的群体，各自以自己的速度沿着独特的发展轨道运行。一些有着优秀技能和决心的年轻人，正在一条定义清晰的轨道上疾驰，驶向前途光明的目的地；还有一些人在一条不确定的轨道上迟疑地、缓慢地挪动着，连他们自己都看不清楚目的地在哪里，他们还经常搞不清楚究竟应该向前还是向后，有可能会朝向一个积极的方向挪动，也可能没有；还有一些人似乎“很满意”地待在几乎是原地不动的状态，并不担心他们是否上了任何一个轨道，当然，“满意”这个词可能还不能表达出他们的冷淡；此外，还有一群深陷麻烦的年轻人，一头栽向自我毁灭的歧途上，或正对他人施以暴力。为了帮助孩子们成长为更有目标感的人，很有必要先了解一下截至目前，他们的生活是处于哪种状态和方向上的。

上述这些不同的群体都倾向于社交独立，相互间互不来往，他们所表现出来的关于世界和自我抱负的风格和态度也截然不同。所以把用“当今的年轻人”这一称呼来统称他们，是有几分误导和不准确的。有一个重要观点需要跟大家说明的是：事实上所有年轻人都需要来自于长辈更多的关注和指点。在这里，我并不是指要像众所周知的“直升机父母”（美国媒体用来形容过度担忧和宠爱孩子的父母，他们无时无刻不盘旋在孩子的周遭）那样管孩子管得非常细，而是指更深刻、更少干预的一种引导。在第6章我会详细阐述。

在这一章，我先提一下我和学生们在过去的七年里，为了描述这些不

同的群体和他们的态度，所进行的一系列关于年轻人发展的研究当中的第一部分内容。这些研究都是在整个国家范围内的进行的，数据取自美国的五个社区：一个东海岸市中心的社区；一个西海岸富裕的郊区；一个南部的小镇；以及中部农业区的两个不同族裔的城市。[1]

从2003年开始，我们调查了超过1200名年龄在12～26岁的年轻人，也对其中将近1/4的人进行了深度访谈。[2]在我们的调查中，首先会问年轻人，他们是否找到了人生的目标，在哪里找到的，以及是通过什么方式找到的。接下来的访谈会就这些问题更深入地探讨下去，问这个年轻人“为什么他认为他所陈述的这个事情或目标是有意义的”，“他现在以及未来想要在生命中达成的目标是什么”，以及“迄今为止他们做了哪些人生选择”。（关于我们对年轻人动机的调查问卷，请参阅本书后面的附录）。

在这一章节，我将以我们在2006年所做的初步研究为基础，来勾勒出当今的年轻人是如何找到（或没找到）他们的人生目标的。我相信，整个勾勒出来的图景是让人感觉很不舒服的（极个别的情况除外）。但这个研究并没有很完整地涵盖所有的情况。我们的研究还无法抵达那些深受困扰的、给自己和他人带来伤害的年轻人的心理和感受层面。一个原因是，这样的年轻人通常不会报名来参与我们的调查研究，来参加我们的研究的当然都是自愿的。再有就是，我们采取的这种研究方法是为了引导出积极的情绪（年轻人的渴望和抱负，对他们来说什么是最重要的，为什么，以及他们觉得什么能够鼓舞他们、激励他们）。就此研究方法的本质而言，对于那些有着暴力行为、心理较为阴暗、满怀愤怒的人来说，是不太起作用的。我也不太确定，假设一个内心充满愤恨的人闯入我们的访谈中，我们是否能够通过问一些问题，侦测出潜伏在那个孩子心中的危险因素。

任何关于“年轻人的目标”真实、完整的描述，包括对“目标感的缺失”的描述，都需要将年轻人的“正常”以及“非正常”，甚至“反社会”的行为考虑在内（这些行为可能从表面上看起来跟“目标”很类似）。因此，我会用到我自己的研究之外的两份材料：一份是英国政府官方出具的关于2005年发生在伦敦的自杀性爆炸事件的报告；另一份是关于1998年在美国科罗拉多州利特尔顿市科伦拜中学发生的校园枪击事件的深度报道。这两个案例所提供的信息足以让我们识别出对于那些采取毁灭性手段的年轻人来说，究竟是他内心的“目标感”发挥的作用，还是“目标感的缺失”所导致的。

[1]　这五个地方分别是：新泽西州特伦顿、加州圣克拉拉县、西纳西州的一个小镇、加州弗雷斯诺以及加州斯托克顿。

[2] 正如第1章所提到的，本书中所报告的量化的结果，绝大多数是取自近50个访谈，以及我们第一波研究中所做的400份调研，这些都是2006年完成的。有一小部分分析结果和案例是取自2007年我们所做得更多后续的访谈，但在写这本书的时候，大量的最近取到的数据还尚需被分析。在接下来几年，我们会对更新近一些的研究中获取的调查和访谈数据进行分析，也将会对重要的新数据进行持续的搜集。在之后的5～10年里，我们将会报告新一轮科学之旅上的发现。

年轻人目标感的来源

尽管如我前面所述，如果对今天年轻人的倾向性一概而论的话，会漏掉他们不同群体之间的重要差别。我认为在描述这些群体的差异之前，先单方面看一下我们访谈的总体结果，[1]可能会得到一些启发。我们所关注的问题之一，就是去找到时下的年轻人最重要的目标感来源（如果有人表达出他有目标感的话）。这样的做法得到一些有参考价值的成果，我相信这些成果指明了道路，我们可以鼓励年轻人（所有的年轻人）去从事这些领域内他们可能认为有意义的一些事情。

在接下来的分析当中，詹妮佛·梅农·马里亚诺（Jennifer Menon Mariano）和我调查了年轻人对于以下说明的回应。

我们很有兴趣了解一下，对于你来说，什么样的事情是你感觉最重要的（基于在这些事情上的时间和精力上的投入）。在接下来的题目当中，请把最能描述你投入在该事情上的程度用数字圈起来。

这个引导语之后是18个类别的列表，其中一些是“非目的”的、以自我导向为主，如“漂亮”“金钱”“成长”“快乐”，还有一些在一定程度上反映出自我之外的目标感，如“家庭”“职业”“信仰”“社区服务”等。然后我们统计出他们在所有目的性和非目的性的类别上投入程度的平均值，来确定每一个类别对年轻的受访者时间和精力投入的吸引力如何。参与这项调查研究的年轻人最终呈现的结果如下（根据对目的性类别的投入程度按降序排列，家庭是他们首要关注的，而政治和社会问题是他们最不感兴趣的）：

·家庭

·职业

·学术成就

·宗教信仰或精神生活

·体育运动

·艺术

·社区服务

·政治和社会问题

我们看到对于当下的年轻人来说，家庭是首要的目标感的来源。对于一些年轻人来说，这仅仅是意味着他们想要跟养育自己的家人保持亲近的关系，如果可能的话能够照顾他们。还有一些人将组建和维系自己的家庭作为他们的终极目标。对这些年轻人来说，他们所有的目标（包括从学校毕业，找到一份工作，找到属于自己的住处）都指向了建立自己的家庭。

看到这么多年轻人把“家庭”当作他们人生意义的首要源头，我们会觉得很惊讶吗？如果从过去对女孩儿或妇女的观念来看，或者这个数字不会让人感到太过惊讶。如果女孩子依旧持有这种观念，把自己的角色主要当成是“家庭看护者”的角色，那么我们可以预测，有一半的人会将搜寻目标的范围放在家庭领域。但这样的一个观念早就过时了，至少在非传统的社会来看是这样的。事实上我们的研究发现，男孩儿和女孩儿在“把家庭当

作目标感的来源”这一点上没有显著的性别差异。

这个发现透露出当今的年轻人，无论男孩儿还是女孩儿，都感觉跟自己的家庭很亲密，这种亲密感是他们的前一代所没有的。正如在之前我所谈到过的，这种亲密感源于长大了的孩子和他们父母之间的频繁的、密切的沟通。

把宗教信仰当作目标感来源的，占到相对较小的比例，这和之前对于年轻人宗教信仰的研究结果大体一致。在25年前（大概1980年左右）所做的关于美国年轻人的一个重大的调查发现，15%的受访者是非常虔诚的信徒，这表明他们把“服侍上帝”作为他们的终极关切。在全国范围内，看起来好像高度虔诚的年轻人的比例在过去几十年里基本是相对稳定的，但是否在未来依然能保持这种状况，正如我在第2章中所提到的，就最近的下降趋势来看还得画个“问号”。

有趣的是，在1980年前后的研究中发现，虔诚的宗教信仰在促进年轻人的健康发展方面起到了明显积极的作用。研究指出了很多可预测发展方面问题的负面因素，例如“粗鲁的父母”“家里面有人酗酒或药物成瘾”“生理或心理上的失调”等，但虔诚的宗教信仰却和“高智商”“家庭富裕”“好人缘”这类因素一起，被列为能够预测年轻人成功适应环境的积极因素。这个发现指出，以信仰为基础的目标感，能够在积极正向的人生方向引导方面发挥作用，至少对那些真心虔诚于宗教信仰的年轻人来说是这样的。然而就这个观点来说，需要强调的是，这项25年前的研究不是要去衡量这些因素（如希望、预期、表明的志向、世俗的信念）起到了多大的作用。而我想表达的观点已经包含在其中了，这些因素的确显现出了对人的积极发

展方面的预测。

在这群同龄人较少提及的目标感的来源中，最值得一提的就是在我们的调查中位列最末的政治和社会兴趣。当今的年轻人，很少有人想象他们能够在公共领域（如政治人物、社会领袖或社区组织者）找到目标感。在这一代年轻人当中，极少有对“公众领导力”的渴望。事实上，在美国历史上还从没遇到过这样的一个时期，只有非常少的一小部分20～30岁的年轻人想要寻求或愿意担任在当地公民组织中的领导者角色。年轻人不仅仅是对这些角色不感兴趣，在任何一个阶层（除了体育和娱乐）都很难有让年轻人欣赏的公众人物，更不用说竞相效仿他们了。事实上，现在很多年轻人对于家庭和身边的朋友这个小圈子以外的社会，兴趣都不大。这种兴趣的缺失可以从他们所掌握的公民知识看出来。在美国教育部门几年前的一次评估中，只有9%的高中生能够讲出来“为什么公民参与民主政治很重要”，并且只有6%的高中生能够说得清楚“为什么宪法有利于国家发展”。[2]这种政治参与热情下降的现象在其他一些调查中也有有力的证明。例如一项研究显示，从1966～2002年，大学新生对政治事件的兴趣逐年下滑，降低了一半之多，从总人数的60%下降到不到30%。[3]

在我们自己早前（大概10年前）做的有关年轻人态度的研究中，也看到了这个让人担忧的趋势。在几年前的一项研究中，我们搜集了对生活在美国中部社区的年轻人做的一些深度访谈录，同时也审阅了几百份其他学生写的关于当今世界生活规则和目标的文章。[4]让我们感到震惊的不仅是他们所说的，还有他们没说出口的。这些年轻人对当前发生的事件缺乏足够的关注，而且对社会问题、政治热点、社区责任、爱国情操以及任何形式的公民责任感都谈不出什么想法。

当问到美国公民对他来说意味着什么时，一个学生回答说：“有一天的历史课上我们好像还说到了这个问题，但是我忘了答案是什么了”。另一个学生说：“我认为，身为美国人也没有什么很特别的，我不觉得当美国公民是很重要的事。”还有一个学生说：“我不知道，我认为每个人都是公民，所以它总不至于毫无意义吧”。有个学生直截了当地说：“我不想归属于任何一个国家，因为这好像意味着你要对这个国家尽义务一样。我对公民的一切都没什么兴趣……一切都不喜欢，就好比说，是公民怎么样，不是公民又怎么样，对我来说毫无意义。再比方说要做个好公民，我没有任何概念，我不想做什么公民，这在我看来是挺傻的一件事”。当然，这些言论不具有普遍性，还是有一些年轻人怀抱着强烈的公民意识，愿意为国家贡献力量，但这只是不常见的“例外”情况。

至于说在政治领域工作的想法，更是普遍被年轻人怀疑和厌恶。“大多数的（政治人物）……都是奸诈狡猾的”，一位受访者这么说。另一个学生在被问到国家政治的时候，也表现出了典型的态度，他说：“我觉得一个人做不了什么，我印象中（多数人）都不认为一群人能做出什么来”。他们所表达出来的愤世嫉俗延续到了各个层面的政治活动，甚至包括学校。当在谈到学校行政机构如何工作时，一个女生说：“校长和副校长很可能决定了一切，将来怎么样他们说了算，用不着我们操心”，表现出一种很明显的“无用感”，“有什么用”这样的感觉遍布大多数学生，这也表现出他们对于参与政治方面的态度。

在我们的研究当中，尽管有一些人认为自己在他们的朋友当中还算得上是个领导，但是几乎没有一个人想要成为公民的领导或政治领域的领导。一个男孩儿认为，“对我来说不是一份很好的工作，我宁愿专注在艺

术创作领域，也不愿意去做市政方面的事情，或者什么拯救世界的事情”，所以对这个想法不予考虑。

这有什么不寻常的、值得大惊小怪的地方吗？年轻不就是追求个人享乐和亲密关系的时期，而非参与更广泛的公民社会活动的时期？年轻人是否曾经有过被公民责任意识所驱动，或投身于超越个人日常生活的社会和政治目的中？还是真的因为之后的生活中没有足够的时间对这类事情产生兴趣？

针对上述问题，让人不舒服的一些回答是：①是的，无论从我们所掌握的任何一条历史上的标准来看，年轻人缺乏对更广泛的公民性目标的投入意愿，这的确是不寻常的；②不对，传统意义上的年轻时期并非仅仅是持有个人目标，而将公民性的目标排除在外的；③很多年轻人通常会在青春期的晚期开始对公民性和政治性事件感兴趣。事实上，有理由支撑我们相信，一个人重要的人生取向是在青春期孕育出来的，如果对公民的关注不在这些取向之列的话，它很可能就不会再出现了。

我们都还记得近代历史上的那段时间，大量的年轻人投身于政治运动。他们参加公民权利运动、选举政治候选人、为环境保护而游说、对他们不喜欢的政府行为进行抗议，例如越南战争和水门丑闻。这种对政治的献身，一直到后来很多人还在坚持。据20世纪后期的一项社会学研究显示，在1960年左右参加公民权利游行示威的年轻人比他们的同龄人有更多的可能性在日后参与公民协会、担任公民领袖的职位，以及参与选举投票。[5]

上述所有现象都向我们未来的民主政治发出了预警信号。正如著名的

教育学者罗伯特·梅纳德·哈钦斯（Robert Maynard Hutchins）曾经写道的，“民主的死亡不太可能是因伏击者的暗杀，而是在冷漠、不关心和营养不良中慢慢消失殆尽”。对于那些像我一样相信“强烈的公民意识是发展完整的人格的重要组成部分”的人来说，这个问题也是他们所切实关心的。事实上，所有的人类发展理论都将青春期描述为是年轻人形成身份认同的时期。身份认同当中的公民要素，是对系统性的“道德”和“社会信仰”的忠诚，是一种个人的意识形态，是年轻人可以将其立为承诺的。这个特别的承诺，当然也会在后来随着成熟度不断提升、经历不断增加而发生改变，但在青春期所形成的这一早期构想，对于人的发展来说是一个关键性的里程碑。萌芽中的公民意识会成为社区奉献的基础，而且最终会扩展到更广泛的社会层面。如果像这样的有目标感的奉献，随着年代的发展逐渐消逝了，未来的“公众利益”和正在发展中的年轻人“个人的幸福”，都将面临风险。

对于这些发现来做个总结：我斗胆认为，今天相当数量的年轻人都在家庭生活方面表现出了强烈的目标感，这很好，但极少人在他们的工作和公民生活中找到类似的目标感，这就很令人担忧。我的主张是，对于成年人来说，非常重要的一点是要找到一些方法，激发年轻人对于家庭生活之外的事物追求的激情。比如接下来会看到的，我们更深入的研究当中所描述的，拥有最高驱动力的年轻人，他们每个人都在这些领域当中找到了重大的意义感。

[1]　本章所有报告出来的结果都是2006年完成的第一轮研究所得出来的近似值。精确的数字很可能会随着更进一步的对研究（我们现在依然进行中的）数据的分析而进行调整。当新的（或被修正）的调查结果出来的时

候，我们将会在科学或专业期刊上进行报告。

[2] 当然，这会让人想起一个小时候听到过的格言——“游手好闲是万恶之源”（Idle hands are the devil’s workshop）。关于格言对于社会和道德学习方面的教育价值，在最后一章中会讨论到。

[3] The Civic and Political Health of the Nation：National Youth Survey of Civic Engagement 2002（Center for Information and Research on Civic Learning and Engagement，University of Maryland，2002）.

[4] Susan Verducci and William Damon，“The Outlooks of Today’s Teens，”in Richard Lerner and Jacqueline Lerner，eds.，Adolescents A to Z（New York：Oxford University Press，2000）.

[5] See Doug McAdam，Freedom Summer（Oxford：Oxford University Press，1990）.

疏离者、空想家、浅尝辄止者及有目标感的人

那么，如何根据当今年轻人在他们人生中所表达出来的目标感对他们进行分类呢？正如我们所看到的，我们初步搜集的全国年轻人的样本可以分为四类：疏离且缺乏目标感的人、空想家、浅尝辄止者、有目标感的人。

简单来说，疏离者是指那些在我们调查和访谈中完全没有表达出他们人生目标的人，他们并没有采取任何行动和努力去达成一个有目标感的追求，也没有表现出任何寻找这些追求的迹象。这个群体当中有一些人显得冷漠、不合群，还有一些人把他们的兴趣限定在追求“享乐”和追求“自我膨胀”上面，极少表现出对自我之外的世界的关注。

空想家是指那些表达出了他们想要拥有的、关于目标的想法的人，这些想法有些还处在萌芽期，是充满幻想式的，但是这些人很少或几乎没有做出想要去实践和检验这些想法的行为。他们有理想的抱负，并想象在这个世界做出一番伟大的事情来，但他们在用实际行动检验想法方面做得还远远不够。因此，这些年轻人实际上并没有做出一个切实可行的计划来追求他们的目标。

浅尝辄止者是指那些已经参与了一些至少看上去带有潜在目标感的活动，但是他们对这些活动“超越当下之外的意义”几乎还没有什么意识。结果过了一段时间之后，这些年轻人对所追求的目标的投入越来越少，他们经常从一个活动跳到另外一个，而对于这些活动与他们想要达成的人生目标之间有什么内在的关联性和一致性还一无所知。他们可能已经尝试参与

了很多种爱好和活动（在一些案例当中，这些活动甚至多到无法追溯），但他们都还没有找到一个让人难以抗拒的理由，专注在哪怕任何一个对目标的追求上。他们的兴趣都太短暂，稍纵即逝，以致无法成为一个持久的个人认同感的基础。

有目标感的一群人，是指那些已经找到了某个有意义的事情，并愿意献身于此的年轻人，他们对这件事的兴趣已经持续了一段时间，并能够清晰地表达出他们想要努力达成的目标是什么，以及为什么。他们已经找到了一个缘由或终极目标，这个缘由或终极目标激励着他们每天付出努力，并帮助他们形成了一个连贯一致的关于未来的日程计划。他们很清楚地知道自己想要什么以及为什么，并采取与想法协调一致的行动去实现他们的抱负。

从我们首次的研究结果来看，在我们所访谈的年轻人，当中有20%是像我上面所描述的那样充满目标感的；而在另外一个极端，有25%的年轻人处于疏离者的状态，他们没有表达出任何的目标感，也没有任何的迹象表明他们在寻求任何哪怕带有一丁点儿目标感的事情；还有大约25%的人是空想家，他们怀着有目标感的抱负，但没有采取任何行动来实现此抱负。最后有大概31%的人是浅尝辄止者，他们参与了很多带有潜在目标感追求的活动，但对于为什么要这么做，以及未来是否依然能够坚持这些兴趣不置可否。[1]

空想家和浅尝辄止者似乎是处于发展最为波动的状态。这两个群体中的年轻人，或许会以他们自己的方式朝向某个方向前进，找到能够赋予他们人生意义感的事情；如果他们走的路不能将他们带向可以赋予他们能量

和想象力的事业的话，他们或许待在某个地方不动。这两个群体的人加在一起，占到了年轻人的大多数，因此他们人生旅途最终的赌注就显得特别高。我们作为成年人应担负起的责任是，在他们早期踏出怯生生的步伐的时候，及时帮助他们，这一点所有成年人都要很清楚地知道。

为了能有一个更详细的全景图，让大家看到这些群体中的年轻人是如何思考和认为的，哪里显露出了他们缺乏目标感，以及我们如何能够分辨出一个年轻人处于哪种状态，下文就特别描绘一些我们研究中的年轻人。他们的陈述将一字不差地被呈现出来，为了保护他们的隐私，我采用了化名，并改动了其中一些次要的细节。

[1] 这些比例加起来之所以是101%，因为有一些数字是四舍五入的。

疏离者和缺乏目标感的人

在第1章中，我引用了两个青少年的访谈内容，他们在我们的访谈中是明显表现出疏离感的。其中一个男孩儿否认他有任何长期的目标，另一个人对未来的态度是“船到桥头自然直”，甚至还“以此为荣”。他们各自都以自己的方式有意识地选择了接受冷漠，把它当作面对人生的一种方式。

大多数目标感缺失的年轻人既不能像这两个男生一样清晰表达自我，又意识不到自己的疏离感。在我们的研究当中，缺乏目标感的年轻人对我们问到的关于目标方面的问题，通常的反应是“一脸茫然”，或者说“我不知道，我没想过那么多”。很少有人能够像这两个男生一样自信地接受他们的疏离感，多数人似乎不确信“冷漠”和“懒散”是不错的。但很多疏离型的年轻人都认为就这么“漂着”是度过人生的合理方式。一些人认为“漂着”的状态是无法避免的（“你又不能控制未来，何苦自寻烦恼呢？”），另一些人把它看作一个很好的方式来“及时行乐”。事实上，对于很多年轻人来说，及时行乐是他们所拥有的最接近持久目标的事情。他们可能也会表达出一些兴趣点，如取得学位、找到工作、赚很多钱，或组建一个家庭等，但他们把这些目标仅视为比“最少的痛苦，尽可能多的快乐”这种生活方式多一点点的选择。对一些人来说，这意味着去顺应既定的程式，顺应那些别人告诉他们适应环境所必须要做的事情。最终的结果就是他们只是把关注“生存”（过一天算一天）或“享乐主义”（及时行乐）作为指引，而不是被他们的真正想要实现的个人抱负或成就所引导。

例如，当一个男孩儿被问到他希望如何被人们记住时，他回答

说："有趣，做个有趣的人，人们喜欢有趣的人，他们很酷，很多人喜欢围在他们身边，我就是想让人们记得我很酷。"当问到他的未来，这个男孩儿说："我不想拥有什么长远的目标，对未来没有想太远，目标在我看来也不是那么重要。"当问到对他来说美好的人生意味着什么，他很简单地回答说："美好的人生就是，做一些让你感觉快乐的事情。只要我高兴，我就觉得这是美好的人生，一旦我不高兴，人生就不那么美好了。"在他每天做的事情里，他也的确列举了一些可能具有建设性的活动，比如上学、交朋友，但是除非他在这些活动当中发现了乐趣，否则没有一件事情对他来说是有意义的。从他的陈述当中，他没有理由对现在从事的任何一件事情，或者超越此刻之外的一些可投入的事情做出承诺。

我们访谈的一个20岁的年轻女性把她的人生看作由一系列事件构成的，这些事件没有任何有组织的计划，也没有什么深刻的原则。"日子天天都在翻新，每天都有一些新鲜事，这就好像是一本新书，每天都翻到新的一页，所以每一页都会不一样，都会有所不同"。在访谈当中，她表达了两个持久的关注点："交朋友"和"减肥"。这两个关注点看上去都好像仅仅是被享乐的欲望所驱使（交朋友是为了找乐子，减肥是为了看起来更漂亮）。她说她相信完成大学学业很重要，"因为至少大学毕业可以拿到四年的学位，有了学位，可以做任何事。只要有学位，哪怕任何一个学位都好……它能够让你赚更多的钱、开心、买一辆法拉利或什么的。乘船游览，比如14天的航程，花费12000美金，想想会觉得怎样，哦，这不算什么，无所谓"。她说出了各种迥然不同的事业发展的可能性，但是却不具备能从中做出选择的基础，因为她的关注点没有一个能有针对性地回答她希望达成的目标是什么，以及为什么。当设计制定一个未来她可以投入其

中的计划时，她的渴望（交朋友、看起来漂亮、赚很多钱）并没有给她带来太多方向感。

从我作为研究者同时也是教育工作者的观点来看，这个疏离者的群体对家长和教育工作者提出了极大的挑战。从研究中感觉到，这些年轻人所表现出来的特定问题在于，他们在访谈当中表面上所表现出来的愤世嫉俗之下，是否有隐藏一些真实的感受，如果有，那么隐藏的感受是什么。他们的逞强或者冷漠是真的吗？还是仅仅是对极度痛苦和自我怀疑的掩盖？如果进一步探寻，会暴露出来一些他们不愿在公众面前表达的目标吗？

在接下来的几年当中，随着我们研究的深入，我们把“进一步去了解这一大群让人感到困扰的疏离者”放在了工作的首位。“怎么样来教育这些疏离者”这一挑战也应当是放在教育工作的首位的。和其他年轻人不同，疏离者看起来让人无从下手。如果他们都不去寻找目标，除了每天的享乐之外不愿意有任何目标，我们又怎么帮助他们找到一个可以引导他们人生的方向呢？我被这个问题所困，频繁地请教一些有经验和智慧的人，听了听他们专业的建议。[1]我得到的一致意见是，我们必须找到一些方法使这些年轻人清楚地认识到，缺乏目标感的生命会导致不幸福，相反，有了对目标的承诺，会给人带来快乐和满足感。在第5~7章，我们会再就这个难题做进一步详细的探讨。

[1] One of the more memorable answers that I received to this puzzle was from the Dalai Lama，during a public“dialogue”I was invited to have with him in September 2006.After I presented my findings on youth purpose（the findings reported in this chapter），I was invited to

ask one question.I chose the question of what to do about the kids who seemed to be wholly uninterested in finding purpose.He replied that the solution was to vividly impress upon these youngsters both the“downsides and upsides”—the benefits of finding moral purpose and the harms of purposelessness.The entire exchange can be found at http://ed.stanford.edu/suse/news-bureau/display Record.php?tablename=susenews&id=186.

空想者

莎拉是一位聪明且成绩优异的大学生，在大学三年级，英文专业的她已经接受了广泛的文科教育。无论课堂内外，莎拉都有着非常广泛的兴趣。她对当前的时事和文化趋势了如指掌，并且拥有积极的社交生活，朋友很多。她喜欢电影和戏剧，偶尔还会在学校的戏剧表演里担任主角。

莎拉经常表达出理想主义的冲动，想要让世界变得更美好。有些时候这些冲动尽管看上去感觉很真诚，但其实不够聚焦。就好像当她说："我想要做一些好的事情，让世界变得更美好，因为我为我周围的世界担忧，我希望让它有所改变。"还有些时候，她的渴望会聚焦在她对电影的兴趣上："我希望拍一部重要的电影，比方说，我想要拍一个关于女性面临双重标准的纪录片"。但除了参与学生戏剧演出，以及业余的影片制作之外，莎拉很少为一个严肃的、可能将她的梦想变为现实的职业做准备。她没有表现出对任何的对高度竞争的影视行业的理解，不知道这其中需要特别多的训练和付出非常多的努力，她也没有采取任何行动去获取这些训练或经验。

有很多年轻人跟莎拉一样，对这个领域有着兴趣和志向。当今有一大批顶尖学生，梦想着成为电影、戏剧、电视媒体或任何一种表演艺术的明星。但这群人当中很少人能够实现这个梦想。一部分原因是，在专业的媒体职业领域，没有那么多需求的空缺给他们；再有就是，他们当中并没有多少人能够理解走向这条职业道路实际的需求是怎样的。他们发展兴趣的方式更像是被作品感动和带来娱乐的消费者，而不是像个学生或职业人，

为了掌握技能和达到自己的目标，必须经过一个很艰苦的学习过程。极少人为漫长、不确定且充满挫折的旅程做好了准备，他们没有想要抓住机会检验自己的想法。有很多广泛受到关注的职业吸引了空想者们，包括运动、高层金融、太空旅行和诗人，但在当前这个时代，娱乐业才是在很多优秀且聪明的年轻人头脑中的首选。即便是在空想者这个群体当中，还是有一些人会学习如何以正确的方式走进娱乐业，但这需要超出莎拉和群体中的其他人所表达出来的承诺感。

空想者之中还有一个小分支，他们甚至还没有在理想抱负中找到一个哪怕不切实际的专注点。例如17岁的吉米，他是来自美国西海岸富裕郊区的高三学生。吉米的观点充满了让人钦佩的热忱和善意，但是很难落地："我真的认为对于发生在你身边的事情多一些关注是很重要的，我们需要跟大树、跟地面有更多的联结……所有这些抽象的事物事实上都是紧密联系的。还有非暴力，因为有太多的暴力事件不仅是以抽象的方式存在着"。吉米，和其他空想者一样，在真正的目的成形之前，必须要将他的想法置于实际经历的铁砧之上。

浅尝辄止者

17岁的罗伯特对他的未来非常乐观，对于他想要追寻的道路也有一些比较坚定和实际的想法。他说高中毕业之后，“我想要到军队里面当一名情报员”，然后又说“我想要为政府工作……很多为政府工作的人之前都是军人，我想要尝试一下进入FBI（联邦调查局）或CIA（中央情报局）”。罗伯特很刻苦，取得了他能够毕业参军的成绩，他也很认真和仔细地考虑过兵役生活能够给他带来什么。到目前为止，好像可以预测出这位17岁年轻人未来的一切。罗伯特看起来好像是在朝着一个稳固而又有前景的职业轨迹前进，某种程度上他比我们归类为“浅尝辄止者”的那些人更有方向感。

罗伯特的计划最主要的不确定性在于他对自己在军队服役或为政府服务究竟能获得什么的理解。他关注的焦点仅限于这些工作的额外待遇和其他外在的虚荣，而不是实际上他要从事的工作的意义。罗伯特选择这条职业道路的最主要的原因在于“它附带了许多额外待遇，这样你就可以跟别人说你找到了一份真正的好工作”。据他称另外一个原因是：“军队给我提供了一个机会可以去看看世界，我一直很想到国外看看，却到现在还没有实现”。

从个人的角度来看，罗伯特的理由似乎合情合理。但就他职业上的动机和成就而言，他最终还是需要对于他“要做什么”以及“为什么要做”有更深层的认知。就这点来说，他对于他所选择的职业的想象是浪漫的，就好像童话故事一样“拥有实力和荣耀”。当问到是什么激励他服兵役时，他

说，“有点像是想要找到中世纪的骑士的感觉”。而他对于服务政府这条职业道路（也就是他希望能够通过服兵役来通往的未来）更是阐述不清。罗伯特将他对这个职业道路的理想抱负描述为：“希望我可以回到州里，坐在办公桌前，感到很安全”……还有“我可能会待上20年，然后退休……同时要兴旺发达”。

罗伯特也许是正处于朝向一个有目标感的未来的转型期。他对可能获得高回报的职业有很好的计划，从很多角度来看，他的想法很现实也很合理。例如他的推论“军队将教会我所有我需要知道的计算机的基本技巧以及对人的基本理解”。他也知道“我所选择的这条路需要很多人，需要这些人付出很多时间”，通过他在学校取得的成绩，也表现出他准备担负起这个责任。更重要的是，当谈论到他对于公民的看法时，罗伯特也能认识到军队对于社会的积极贡献，以及到人民“受到保护”的重要性。尽管他在这上面的观点还很粗浅，跟他可能想要在服兵役的过程中获得的东西还没有太多联系，但是却为他“将来可以如何贡献自己的价值”这种更加成熟的想法开了一个好头。和大多数年轻人一样，罗伯特还表现出一个好的迹象就是，希望人生是有结果的，或者用他自己的话来说，“让我在地球上留下一点点标记”。

罗伯特还是一个探索者，因为他还没有找到能够激励他工作的“真正的目标”。他所聚焦的一些目标，如额外待遇、旅行以及对军队生活的不切实际的想法，让他在兴趣上的尝试看起来有点浅尝辄止的感觉。如果他想要在很长的一段时间找到富有意义感和个人满足感的工作，并且能够全身心地投入工作，做得很出色的话，那么他需要找到那个真正的目标。

有目标感的人

凯西是一位来自美国中西部乡村的大学生，今年20岁，成长在一个并不富裕的家庭。从她14岁开始就打着零工，现在已经是当地一个咖啡厅的兼职经理。凯西的职业理想是成为一名历史老师，她想要走老师这条职业道路的目标感非常明确。但是她最主要的人生目标是家庭方面的，其次是她的信仰。工作目标对她来说很重要，但她仅仅把工作目标看作她在人生中找寻到的众多目标的一部分。

谈到她对这些目标的优先级排序，凯西说："家庭对我来说是第一位的……我和家人一直都很亲近……我想要把爸爸教给我的、给我看到的东西传承下去，传给我的孩子，然后再继续，让家庭的传统一直这么传下去"。教会也是她的优先选项之一，但是她说，"教会并没有我的家人那么重要"。凯西甚至把信仰看作工作意义感的重要组成部分："圣经说，工作缺乏了信仰就什么都不是，如果你没有信仰，那么你什么都做不成，它就像给了我前进的方向和目标，给我很大帮助"。

说到凯西的工作计划，这些计划里面是包含了强烈的使命感的："我想要教书，我想要尽己所能成为最出色的老师。教书不是一份朝九晚五的工作，而是一种生活方式，是你的内在必须要有一些东西才能去做的事情。"凯西想要教历史的愿望源自于她对现行学校里教授历史的方式感觉不满意。她对改变现状的决心有着改革者一般的狂热："你很难找到一个真正想要教历史课的老师，他们都只是坐在那里说'读第1章''做这个练习''周五交上来'，并没有真正在教谁。你必须要让课堂变得有趣……这就

是我想要教历史的原因，我非常喜欢这个工作……如果你真的能够让历史课变得充满趣味，学生们就会乐意学习”。

一些有目标感的年轻人拥有一个非常强烈的目标，聚焦在一个特定的关注点上，有着和他们的家庭、信仰、工作或社区相关的理想。还有一些人像凯西一样，拥有横跨这些维度的目标。在一些案例当中，这些目标可能是“相互嵌套”并且有“优先级”的，“我的工作是有意义的，但最终最重要的事情还是让我能够养活家庭”；或者是，“我想要建立亲密的家庭关系，这样我就有了稳定性来完成我的工作”；还比如，“我爱并且关心我的家人，这是我成为一个好公民以及建设一个强大的社区主要的付出所在”；再或者，“我愿意做任何以上的事情，以我的方式来侍奉神”。在其他一些案例当中，多个目标可以像平行线一样同时存在，它们同等重要，而且不一定相互间真的有交集。目标也可以逐步发展成为一个“新的”或者“扩展了的”关注点，例如一个喜欢计算机编程的年轻人发展出了兴趣，在软件领域组建了一个公司。尽管目标是相对稳定的，需要长期的投入，但这并不意味着永远都不能解冻。青年期是个动态的时期，随着年轻人对自我认知的加深，以及对自己的终极关注点有更深入的了解，“搭配”和“重新组合”他们的目标是非常正常的。

在这个有着清晰目标感的群体当中，也有一些年轻人真的在他们投入的持久性上，以及他们已经取得的让人瞩目的成就的程度上表现得非常突出。有些人才十几岁，就已经让他们的社区变得有所不同。在一些案例当中甚至有年轻人改变了世界，他们为慈善而募款，为社区改造而游说他人，创办小型的公司，用新的音乐、艺术表现形式和计算机技术来做尝试，实践着他们的宗教信仰，展现出创业家精神，以及为推进崇高的事业

而工作。尽管他们的这些行动并非一般常态，但他们生活的很多方面其实和那些茁壮成长的年轻人没有什么不同。从他们“早早地成功”当中，我们能学到的还有很多。

深感困扰者

如果不开诚布公地讨论“当目标脱离了道德和伦理的束缚之后可能导致的恶果”，那么对人类目标的论述就是不完整的。有一些很悲惨的案例是，一些人看似是被“目标”驱动，但是对他人和自己造成了令人感到可怕的伤害。可以肯定的是，那些“误导人们追求的反社会的目标”和那些“激发人们追寻正向结果的目标”之间是有非常大的区别的。但两种目标（亲社会的目标和反社会的目标）也有相似之处，特别是在它们能够触动年轻人的能量与激情方面。因为有显著数量的有着明显目标感的年轻人，最近正在从事大量的破坏行为，且没有减轻的迹象。对我们来说，尝试去理解一切可能激发他们行为的动机，以及搞清楚这些“错用的目标”到底是从何而来的，就显得十分迫切。

每个暴力案例都有其特别的情况。年轻时期的恶意行为通常是由多重因素引起的。想要对这种行为有一个全面的解释，就需要将所有可能涉及的社会和心理议题都一并拿来讨论。在这里我不打算做这样全面的探讨，我认为其他不良的社会和心理因素也会导致这些暴力事件，因此我把关注的焦点放在“有误导性的目标感”可能扮演的角色上。

2005年7月7日，四个串通好的爆炸点发生爆炸，使得伦敦公共交通系统瘫痪。前三颗炸掉几乎同时炸掉了三节地铁车厢，第四颗炸弹在一小时之后在一辆双层巴士上爆炸。这次爆炸袭击共造成了56名乘客身亡，将近700人受伤。英国政府指认出了四个年轻的犯罪嫌疑人：一个18岁、一个19岁、一个22岁，还有一个30岁，四人都已经在爆炸中身亡。通过英

国国会下议院的一份对此事件深度分析的政府报告，我们得以走进这四个年轻人的内心世界。[1]

一个令人感到震惊甚至惊出一身冷汗的观察结果是，他们的背景“显得没什么特别”。他们早期生活所构成的经历看上去和他们的同龄人没有什么不同，他们在爆炸案之前的大多数行为看起来也还算是合乎常规的。这四个人当中最年长的那个，也就是报告中所认定的元凶，在人们的记忆当中是“安静、用功、从不惹麻烦的人”。另一个人是“功课很好，并且是个有天赋的运动员”，在学校当中给他人留下的印象是“冷静、友善、成熟、谦虚，在同学当中也很受欢迎”。第三个人是“聪明的孩子，在学校的成绩很好，也很擅长运动”。事实上，这几个人都热衷于运动，并且参加了很多户外运动，如划船、漂流、露营等。这一切看起来都是年轻人健康生活方式的一部分。

但他们的生活中也包含了一些干扰因素，这些是不寻常的。那份报告指出，“元凶的性格后来发生了微妙的变化……他的话越来越少，变得越来越内向。在一些场合里，他会有一些反常的、不符合他过往随和风格的过激行为”。他的过激是受到极端分子的观点影响，其他三个年轻人也同样受此影响。在他们采取行动的前夕，他们沉醉于极端言论的狂热不断累加，还录制了一段视频，表达他们想要采取行动的想法。他们的陈述富有极度理想主义的、坚定而超脱世俗的色彩，“我们的动机不是来源于这个世界上有形的东西……而是臣服于真正的上帝”，[2]以及“我们对死亡的热爱正如你们对生命的热爱”。之后的声明中提到了“殉道”的价值，据报告称，这正是驱动这些年轻人发生这样的行为的核心思想。

无可否认的是，这些年轻人所经历的驱动力，和那些投身于亲社会动机的年轻人所表现出来的感觉有一些相似之处。这些年轻的英国人公开表露出来的动机，“彰显了强烈的对于他们所秉承理念的执着，一种想要改变世界的热切渴望，对于他们所觉察到的不公平的一种试图恢复公平的意图，以及支撑和引导他们执着于此的精神信仰”。此外，这些被误导的年轻人很像那些高度投身于亲社会目标的人，“在相当长的一段时间内维持他们的承诺”，并且“投身于长期的计划来完成他们的使命”，最后一点是，这些年轻人受到他们所欣赏和模仿的对象——“那些成年引导者”的行为事例以及思想拥护的极大影响，这点也和具有高度亲社会目标感的年轻人非常相似。在上述问题所有方面，带有反社会目标年轻人和亲社会目标的年轻人有着共同的特质，这些特质在缺乏目标感的年轻人身上是没有的。

带有不同目标感的这两种人最大的不同就在于他们所选择的目标本质上的反差。选择亲社会目标的年轻人对于生命抱有肯定的态度，他们并不会拥护死亡或毁灭。亲社会目标的年轻人也不会把暴力当作终极追求的合理方式，无论它显得多么高尚；他们也不会为了追求终极目标，而把他人生命看得无足轻重，反而是视他人生命为自身的目标，认为生命是必须得到保护。至于他们自己的生命，他们已经做好了充分的准备，全身心投入他们所选择的目标，但并不会希望是借由死亡来实现目标，而是以一种他们内心能够感觉到“自己是谁”以及“想成为谁”的方式活着。这种方式，是和他们新近建立的自我认同相一致的。

1999年4月20日，在大西洋的彼岸，两个男孩儿艾瑞克·哈里斯（Eric Harris）和戴蓝·克莱伯得（Dylan Klebold）在臭名昭著的科伦拜校园枪击案中杀害了12名同学和1名老师。这两个男孩儿跟伦敦自杀性爆炸的年轻

人相比，从心理个性到理念信仰，很多方面都不太一样。但他们有一些共同的东西：一种想要改变世界的热切渴望；对死亡的颂扬；对他们行为的精神上的认可感；一种在相当长的时间内维持决心的能力；将他们的长期计划付诸实施的能力；受先前一些事例所影响的倾向性。一个男孩儿在他的日记本上写道："我想要在世界上留下持久的印记"。[3]另一个男孩儿在他的"遗愿"中写道，"如果生活里不带有一点死亡色彩，还有什么意思呢？"

哈里斯和克莱伯得留下了900多页的文件，详细描述了他们的委屈以及报复计划。此外，他们还建了网站，制作了视频，宣扬他们"宏伟"的观点，比如"我们将要发起一场受剥削者的革命"。[4]其中的很多文件可以追溯到枪击案的前一年，有很多证据显示这两个男孩儿为了谋划这场暴行做了相当多的长期计划。他们大量地引用古典文学，就在实施枪击前的最后几个小时，还录制了他们引用宗教学意义的话语，例如"上帝的最后审判日"以及"世界末日"。

如果这些男孩儿追求的是亲社会的目标，他们所有的能量、计划以及坚持不懈的热情，将会是受到崇高目标激发的年轻人身上的完美特质。当然，这些男孩儿在很多方面都受到困扰，他们反社会的目标感也是在这些困扰的作用下而形成的。在多年之后，当专家审视这些悲惨而聪明的男孩儿所留下的资料库时，将会对他们在计划和投身于这场枪杀案时的精神健康状况了解得更多。而现在，我们必须得出结论，尽管"亲社会目标"和"反社会目标"在表面看来有很多相似之处，它们在根本上却有如此的不同，实在不能相提并论。在关于如何改变世界这个问题上，两种目标有着根本上相反的想象；在关于他人应该如何被对待方面，这两种目标的假设也有

着鲜明的对比。最重要的是，亲社会的目标是肯定生命的，也遵从传统的道德、伦理和法律标准；反社会的目标会颂扬死亡，不把任何可能“妨碍”他们恶意企图的标准当回事儿。

年轻人误入歧途，选择反社会目标的原因有很多种，但在这么多案例中，有一件事是可以确定的，那就是：年轻人还没有充足的机会去找到一个亲社会的目标，如果找到的话，是可以预先防止他们受到反社会目标的诱惑的。任何空虚与空白，最终都会被填补，无论是身体上的还是心理上的。[5]如果我们不能给年轻人积极的指引，激励他们的行为，他们很可能转而去找寻不那么积极正向的指引。很显然，在“觉察”我们的孩子是否正在发展以及如何发展出人生的目标感时，所有的大人以及教育工作者必须密切留意年轻人出现任何反社会的倾向。

找到崇高目标的年轻人通常是乐观的理想主义者，而不会表现出愤怒和自我膨胀。他们会学习如何将理想主义转化为现实主义，但是他们不会将理想主义转化为愤世嫉俗或虚无主义。由于他们已经找到了能够激励他们的目标，并且用积极的行动来度过人生，因此就能够避免恐怖的自我毁灭以及暴力倾向。

在我们的研究中，我们有意描述当今年轻人人生目标的找寻情况，同时指出一些人之所以成功的关键因素。我们想要确切地指出作为家长和社会具体能做些什么，以便有效地帮助年轻人走上一条正确的道路。为这个目标，我们决定深度访谈12个我们认为是非常有目标感的年轻人——有着强烈的动机、主动参与、有快乐感，并且对于他们找到的有着巨大价值的目标能够深入其中、持续追求的年轻人。研究的结果是令人满意的：在每

个案例当中，我们都能够找到一系列作用于他们的关键因素。在下一章中，我们会仔细来看看这些因素，以及它们所起到的作用，在过程中也会说明为何社会会让这么多年轻人感到失望。接着我们会探讨父母以及出现在年轻人生活当中的，其他成年人应该如何有效地帮助年轻人找到自己的路。

[1] “Report on the Official Account ofthe Bombings in London on 11May 2006.”House of Commons，Westminster，U.K.

[2] The first quote is from the House of Commons Report，the second from the Wikipedia article on the bombings（http://en.wikipedia.org/wiki/July_7_bombings）.

[3] Reported in the Denver Post，July 7，2006.

[4] Time magazine，December 20，1999，p.42.

[5] This，of course，is reminiscent of the maxim that many of us heard in childhood：“Idle hands are the devil’s workshop.”The educational value of maxims for social and moral learning is discussed in the last chapter.

第4章　“目标者”传略

具有高度目标感的年轻人是少数中的少数，他们有强烈的动机，并且极富效率。他们年纪轻轻，就已经成功地在实现目标上取得了一些进展，让那些比他们的年龄大好几倍的成年人都感觉印象深刻。为了进行研究，我们挑选了12名男孩儿和女孩儿，他们已经在自己所坚守的目标上专注投入了好几年，并且基本都产生了巨大的影响力。我们跟他们做了充分而详尽的访谈，为的是获得一手资料，了解他们如何发现和追寻属于他们自己独特的目标。这12个被访谈者当中，除了一个人之外，我们和其他11个人保持着联系，并在两年后重新访谈了他们。并且只要有机会，我们就会从他们的父母那里获取一些关于他们的子女是如何找到目标之路的相关讯息。

这12个让人印象深刻的年轻人当中，有些人的追求是利他主义的，例如通过募款来为非洲的家庭提供清洁的饮用水；或为慈善组织贡献一份力量，帮助癌症患者，并着手从事对抗这种疾病的相关研究工作。有些人则参与进了公民或政治事业，例如为更为有效的枪支管理或环境保护条例进行游说；为可以解决中东和平问题的候选人争取支持。还有一些人有着艺术或科学方面的诉求——学习并创作新的爵士音乐，或编写创新的计算机程序。另外还有一些年轻人成为崭露头角的创业者。最后还有两个人是年幼的传教士，分别传播不同的宗教信仰。

我们这章的重点会聚焦在他们当中的4个人的故事，偶尔会穿插其他人的例子，因为这4个年轻人的经历很有代表性，与所有访谈中引出的主

题相一致。当我们看到他们的故事，听他们以自己的方式来描述目标是如何激励和驱动他们时，大量关于“如何在人生早期构建目标”的重要的学习内容就浮现出来了。

从献身于目标的持续性和强烈程度来看，这些年轻人很明显地脱颖而出。他们传递给那些认识他们的人一种清新的常态：他们以低调而坚定的自信过着生活，并且能够自我驱动。尽管他们在做着很多事情，但却极少流露出焦虑或令人抓狂的压力感。在介绍12个不寻常的年轻人的时候，以指出他们在很多方面（包括家庭生活背景、受教育的方式、对交朋友的兴趣、乐于参与同龄人的活动、在世界上为自己博得一席之地的渴望、每天的行为举止）是多么的“平凡”作为开场，似乎显得有些奇怪，甚至是矛盾的。或许是因为感觉到他们需要就“为什么他们会取得诸多成就而得到所有人的认可”展开说明，他们中的很多人都是这样简单地评价自己的：“就是一个普通的孩子”，这句话在我们的诸多访谈中频繁地被重复提及。其中一位母亲在回应他的儿子对自己的描述时，果然告诉我们说，他的儿子莱恩是“平凡而普通的，就像你们期待一个孩子该有的样子……我没有在他身上特别花过什么功夫，在我其他孩子身上也没有……他不想做一个很特别的人，只想融入大家。他想组建曲棍球队……我的意思是，他真的是个普通的孩子”。

事实上，看似和他们做的不寻常的事情有点矛盾的“正常状态”，有一点让我们对这些年轻人感觉到惊讶的地方。像大多数他们的同龄人一样，如果给他们机会让他们谈论自己的生活，他们是很开放、很外向也很健谈的。很显然，他们很享受并认真对待他们与成年人交谈的机会（无论在哪个社会当中，这种体验对年轻人来说都太稀缺了）。抱着对“反思过去经

历”和“审视未来目标”的热切渴望，他们的观点陈述也很坚决和带有自主性，对于他们身处的世界现行的运作方式的批判是毫不犹豫的。事实上，他们似乎从“他们在描述亟需改变的世界状况时的那种非常瞠目结舌的表达方式”当中汲取了额外的能量，以及一丝窃喜。换句话说，从很多方面看上去和听上去，他们都像他们的同龄人一样，只是普通的青少年而已。

这些具有高度目标感的青少年在外表、举止，以及所发展的观点方面处于正常状态，更是引起了我们特别的兴趣。如果他们是以超出寻常的方式发展而来的一种人，和同龄人极少有共同点，比方说他们的智商和体能超出了正常的范畴，这样的话，他们的故事对于目标可以如何作用于其他年轻人的日常生活只能提供极少的参考价值。就好比一个想要传授给一般的学生基本的技巧和音乐赏析能力的老师，他是无法从莫扎特的传记当中获取到有用的提示信息的。就大众对目标的找寻而言，幸运的是，在普通人和超常人之间还有着非常多的连续性。任何人，无论天赋潜能如何，都有能力寻找到一个目标，并持续投入其中。[1]此外，寻找目标以及投身于此的过程，以及随之而来的个人收益，对所有人来说也都是相似的。

这些具有高动机的年轻人的特别之处在于他们的目标格外清晰。清晰的目标使得他们产生了体量惊人的额外的正能量，这些能量不仅能够驱动他们富有激情地追求目标，还可以帮助他们获取完成此项任务所需要的知识和技能。在这个过程当中，他们成为非常棒的学习者，并且发展出了他们这个年龄当中很少有人具备的实力。他们还有非常多的精神和情感上的获益，例如自信、乐观、感恩，以及深刻的个人成就感。

在我们第一次采访莱恩·赫杰克（Ryan Hreljac）以及她的母亲时，他

才12岁。在当时，他已经为缺乏足够日常生活用水的非洲农村家庭募集修建水井的资金长达6年。她的母亲很惊奇地说，“他已经在这个项目上做了6年了，我还没发现有很多大人在一个项目上能够坚持做6年的”。在家里的帮助下，莱恩成立了一个基金会，建立了一个网站（www.ryanswell.ca），并募集了超过200万美元的基金，为非洲及世界其他地方的14个发展中国家的居民提供了干净的饮用水。因这些引人瞩目的成就，莱恩获得了非常多的奖项，包括被认为是和诺贝尔和平奖齐名的青少年服务领域的奖项——世界儿童创建者奖（World of Children Founder’s Award）。

莱恩在小学一年级的时候就找到了他想要追求的目标，这即使在具有高度目标感的青少年当中也是让人感到惊讶的早慧。当他小学一年级的老师在课堂上讲到非洲的很多儿童因为缺乏足够的干净的饮用水而死亡时，雷恩便有了热切的渴望，想要募集资金为他们修建水井。他在家里做了额外的家务，攒下了70美元，但却发现这一大笔钱（对6岁的孩子来说）还远不足以解决问题。莱恩并没有因此而灰心和放弃，反而更加努力。他向认识的亲朋好友筹集资金，并向非营利性组织如加拿大慈善组织浇水壶（Watercan）、国际解放儿童组织（Free the Children），以及加拿大援助救济会（Canadian Physicians for Aid and Relief）寻求进一步的财政方面的支持。过了不久，水井修建以及其他清洁水计划在非洲多个地区和其他第三世界国家展开，这部分要归功于莱恩努力的结果。到了2007年，莱恩和家人所创办的慈善机构——“莱恩的井”基金（Ryan’s Well Foundation）已经为世界14个国家修建了319口水井。根据基金网站的估计，当时有将近50万人因基金会的努力和捐助者的支持而获得了更清洁的

饮用水。与我们所研究的其他具有高度目标感的年轻人内心的想法一致，该网站上引用了莱恩的话：“我只是你们平常而普通的孩子中的一员”。

在众多奖项和荣耀的光环下，莱恩显露出对自我膨胀的拒绝。他和其他具有高度目标感的年轻人一样，有着对自我贡献的务实的态度——莱恩决定要改变世界，但他并没有因此就把自己视为是独特的或优秀的。“任何人都可以做任何事”，他告诉我们说，“无论你是谁，是加油站的工人还是美国总统”。他认为每个人都应该将自己的能力发挥到极致，每个人都有自己的角色：“你需要尝试站出来，为另一个人做一些事情。例如做一些事情来帮助其他人，哪怕很小的事情也没关系，去做就对了。”至于他自己，莱恩希望做到全力以赴，“我只是想超越我的极限，看看能做到什么程度”。这种“志向”与“务实的谦逊”的结合，正是我们所访谈的具有高度目标感的年轻人所具备的，最明显且让人眼前一亮的特质。

至于说这种“抱负”和“谦虚务实”相结合的特点是否是这些年轻人取得卓有成效的原因，我们还无从得知。但这绝对是促使他们在这么小的年纪就能够应对困难和挑战的性格优势中的核心要素。想要让世界有一个积极正向的改变，需要坚持（他们所关注的问题都是比较顽固难解的，不然早就解决了），同样也需要乐观（当你付出了最大的努力，而问题依旧存在时，是很容易让人感到泄气的）。“抱负心”可以增进他们的坚持，而对自己务实的认知能够让他们在面对不可避免的困难时还能够保持乐观向上的心态。通过认识到自己以及他人的局限性，他们能够管理好自己的期望，过高的、不切实际的期望会导致更大的失望。

莱恩关于他如何朝向使命迈出第一步的描述正是契合了上述这一点。

他在一开始误以为70美元就可以达到预期的目标，当他发现单单一口井修建下来需要的实际成本就要差不多2000多美元时，他只是加倍努力，采取更多精心思考的措施，并相信照这样坚持下去终有回报：

在家里用吸尘器打扫了四个月的卫生之后，我从父母那里筹集了70美元……然后他们告诉我，你知道吗？莱恩，去修建一口井需要花比70美元多得多的钱。70美元只是够买上面的手摇泵的，要建一口井的需要2000美元。当他们这么告诉我的时候，我只是说，我要做更多的家务活。等到我存了差不多100美元的时候，我意识到仅通过用吸尘器打扫卫生的方式是没办法达到目标的，于是我就开始去做演说和游说……就这样一点一点地向前积累。然后我募集到了2000美元，后面就发生了一系列的事情，更多的事情。我募集到了更多的资金，就这样不断地走向下一个阶段。

能够让莱恩坚持走下去的最初始的乐观是来源于他能够达成的结果。于是像“自信”“务实”“乐观”“坚持”这些早期的性格优势就有了滚雪球的效应，这些宝贵品质引向了成功，成功又进一步强化了这些品质，随着年轻人逐步发现一些新的途径去运用他的优势达成目标，在发展的过程中就实现了优秀品质的自我强化。这也是为什么对于父母来说，及早培养孩子的这些性格优势是非常重要的。

虽然对于孩子来说，什么时候获取这样的性格优势都不算太晚，但早一点开始的获益是非常大的，从童年到往后的人生会有很强的延续性，经历过由内而生的成就感的年轻人，拥有独特的机会在未来数年的成长中不断积累，从而拓展这些优势。

还有很重要的需要强调的一点是，虽然对目标的追求促进了性格优势

（如乐观、自信）的发展，但它本身并不能创造这些性格优势。从最近的大脑和行为科学的研究中我们得知，性格倾向早在婴儿期就开始形成了，而且有一部分可能是天生的。[2]但是在整个的性格发展过程中，这些倾向性很容易受到影响而改变，例如，很多极度害羞的儿童通过在童年时期和其他人的积极互动，害羞会逐渐不再。[3]对和年轻人生活体验直接相关的目标的热忱追求，很可能会增强他们的乐观和自信。对一些人来说，这意味着加强他们本身就具有的倾向性；对另一些人来说，意味着改变行为的倾向性，朝着其他的方向向前一步，这些例子也表明对目标的追求是不依赖于任何现存的性格倾向的。比如莱恩就不是一个总是高度自信的孩子，他告诉我们说："在我童年的时候，我是一个非常敏感的男孩儿，碰到什么事都喜欢哭鼻子。因为口吃，我还接受过语言治疗。我从没想过自己会成为一名领导者"。现在，在他所认定的事业上经过了这么多年的领导力磨炼之后，莱恩尽管显得低调而平静，但其实他是非常有自信和有说服力的。

当我们在莱恩12岁的时候采访他时，他用传神达意的隐喻向我们说明目标感对他个人的意义：

有时就好像你有一杯茶或其他什么东西，大部分人都斟得太满了，它会溢出到我们的茶盘上，一些人只是把茶盘拿起来，把里面的茶喝掉。但其实我们应该做的是拿起另外一个茶具，把茶倒出来分给那些茶杯里几乎没什么茶的人。

一个没有目标感去做事、去改变世界的人生，就好像是一场没有终点线的比赛。你能够长大，能够过上好的生活，你完全可以，但是当你得到

一个房子的时候，或许你可以把它捐赠给社区，这样的生命可以指向更远处。

在我们第一次采访19岁的妮娜·文森的时候，她在哈佛大学就读的第二学年才刚刚开始。作为一名学生，她在很多场合都像明星一样闪亮：在体育运动方面很有竞争力；有自己主持的电台节目；在英特尔国际科技展览会上获得50000美元的奖金；在诺贝尔奖的盛会中做研究报告演讲；被提名为全美十大女童子军；担任过奥运火炬手；西弗吉尼亚美国小姐青少年组选美比赛获胜者。在所有这些成就之上最值得关注的是，妮娜创立了美国癌症协会（American Cancer Society，简称ACS）青少年分会，并出任主席。这是一个覆盖到全国青少年的组织，通过拥护、教育、募款及服务来支撑ACS的使命。起初，妮娜是在自己的家乡西弗吉尼亚成立了一个青少年组织，然后扩展到包括全美15个州的代表处。ACS青少年分会鼓励年轻人通过说服人们禁止在公共场所吸烟、撰写皮肤安全防护的教育宣传册、创办团队支持儿童癌症幸存者、通过年轻人的生命接力活动（Relays for Life）募集资金等这些行动成长为健康领域的领导者。

妮娜早在孩童期的时候就发现了她的目标。她回忆当时的自己是一个很有热情、很健谈的五岁女孩儿，有一天，她遇到一个因癌症而不得不将喉头切除的人，“我当时眯起眼睛”，她回忆说，“想要辨认那个隐约在靠近我的人影。那个陌生人不断地发出一种异于常人的嘘嘘声，他慢慢地举起颤抖的手遮住脖子那里深深凹陷进去的地方，用一种几乎无法辨识的声音轻声喃喃地说‘你、好’，一向善于交际的我在那一刻惊讶地说不出话来。后来我才了解到，对着一个很容易受到影响的孩子艰难地说出简单的一句‘你好’的这个人，在未接受社会对于烟草危害性的充分教育之前，曾经

一直是个烟民。尽管癌症夺去了他发声的能力，但他所传递给我的有关吸烟的危害性却重塑了我的人生”。

妮娜认为，正是她亲眼目睹了患病的残酷现实的这段经历，赋予了她一种目标感。她告诉我们，在看到烟草所带来的让人警醒的后果之后，她故意扎着辫子、带着和她的脸型不相符的一副大眼镜，走到陌生人身边，大胆地警告他们：“请不要再吸烟”。在她寻找能够让局面有所改变的有效方式时，正是这种不羞怯的精神引领着妮娜加入了美国癌症协会。

关于目标如何能够提升人生境界和改变人生，生活给妮娜上了一课：“这名烟草受害者明白疾病预防教育的重要性，他想要透过给孩子们讲述自己的故事来教育他们吸烟对健康的危害。回过头来想，我想他已经通过试图阻止他人遭受和自己同样的命运，找到了自己人生的某种目标。他真的希望他的“遗赠”可以在别人的生命中发挥作用。当然是有作用的，他无意间就帮助我找到了我自己的人生目标。”

除了生活给妮娜上的一课之外，她还发现了一个特别的事业能让自己投入其中。她承担着防癌、抗癌的工作，在学术研究方面也以此为追求，投身于医药和科学研究中，并在公共政策领域参与并推动了癌症预防与卫生保健的立法和教育活动。当然，妮娜的领导力是能够建构一个服务于ASC的全国性学生网络的关键。当她开始从事这项格外有志向的活动时，妮娜说：“青少年有兴趣也有能力通过多种方式（除每年的募捐活动之外）在抗癌运动中发挥作用。作为年轻人，我们有特有的文化、观念和采取行动的方法。我想只要我们能够团结起来，给学生们创造一个平台，让他们施展自己的领导力潜能，我们就能够在促进持续的、全面性的社会变

革中发挥更有效的作用。”

妮娜并非依靠一个人的力量，而是找到了一位导师，这位导师是当地护理界和商界知名的领袖人物，负责美国癌症协会所资助的水仙花计划（Daffodil Days）。当这位女士邀请妮娜组织学生志愿者来参与这个项目的时候，才发现原来有这么多年轻人想要帮忙，组织都有点容纳不下，最后不得不婉拒了一些人。为了给这么多感兴趣的年轻人找到一个角色，妮娜、她的导师以及ACS的专家开始着手为当地的ASC建立一个青少年委员会。这个委员会的目标就是“组织和团结年轻的力量，给年轻人提供机会，通过教育、支持、募款以及服务，为抗击癌症做出有意义的贡献”。同时，他们写下了使命、章程和目标。这项决议在美国癌症协会会议上获得通过，第一个青少年分会在西维吉尼亚州的伍德郡成立了。

ACS青少年委员会很快就动员了当地的学生，并且发现这些学生其实很渴望和全州乃至全国的青少年建立联结。当妮娜很惊讶地发现美国竟然没有一个为全国青年志愿者服务的官方组织时，她决定成立一个。于是她将此想法提议给ACS的CEO，在CEO的支持下，妮娜和ACS国家办公室的工作人员一起成立了这个联盟。[4]

ACS青少年分会通过对旧有的青年志愿者模式进行重新构建，带来了一些创新的变化，使之更符合当今年轻人的特点以及对公民义务和激进主义的新定义，这是富有革新精神的改变。此项目主要是通过多种沟通工具，如网站、时事通讯、电话会议，为青少年活动建立一个联络平台。当地的ACS办公室把年轻人联结起来，并给他们机会作为领袖来共同参与活动。他们还创办了学校和社区ACS青少年分会俱乐部，执行教育、公共政

策及主张、患者服务、募捐等多种活动，从地方性到国际性的活动都有。在短短一年多的时间里，ACS青少年分会已经汇聚了代表全部50个州的年轻人。ACS青少年分会还接纳了抗癌学会（Colleges Against Cancer）的进驻，这是一个在全国70多所大学内部都设有的服务型组织。

但是妮娜的行动并不止于此。在被任命为全国志愿者商会的第一位青少年委员之后，她进一步倡导关注青年的参与度。为此召集起了全国青年志愿者参与到专案组当中，妮娜担任联合主席，帮助落实“赋予青年权力的最佳实践”这样一套官方实践手册的出版，目前这套手册已经在全国投入使用。ACS将年轻人带到前线，给他们带来的最大变化就是拓展了他们的组织文化。现在ACS分会有正式的明文规定，要关注青年志愿者群体。ACS的CEO称赞妮娜富有创意，开创性地将青少年纳入到ACS的使命——消除‘癌症’这一主要的健康问题中来。

2006年，我们做了最近的一次对妮娜的访谈，当时她已经22岁，这次她谈到追求目标所收获的满足感：达成一些她在抗击癌症事业上想要实现的目标，已经成为她个人诸多的活动当中感到最有收获的，比她获得许许多多荣誉和奖项都感觉更有分量。其中一项成就来自于促使西维吉尼亚参议院通过了一项法案，重新设定烟草公司的结算资金，来缓解国家债务压力。如妮娜所述：

原来的这项法案不仅使未来的西弗吉尼亚人无法接受烟草危害相关的教育，还会使得那些正在和烟草引发的疾病做斗争的人们无法获得有效救助。对于现存的阻止民间倡议团体前行的政治氛围，我感到很震惊，于是我发动了一个全州范围内的公众听证会，说服市民们跟我一起在国会大厦

发表演说。我组织了一个请愿团，并在州参议院发表了10分钟的演说，解释了健康促进以及疾病预防的重要性，同时提出一个解决债务危机的替代方案。在听证会后举行了投票，原先的这项法案被推翻了。

这项法案不只在当时，在之后的20多年对我们州都有负面的影响。我感觉自己能够真实地看到成功推翻这项法案所带来的积极影响，是真正感觉得到的变化。事实上，这次活动的体验非常有建设性，它点燃了我投入政治的热情，并让我下定决心在大学选择学习政府管理专业。能够有难得的机会参与立法程序，我已经足够幸运了，而这次经历也突显了出来，成为影响我人生最重要的事件之一，对我个人的意义十分深远。

不出所料，“接地气的理想主义者”是妮娜从我们提供给她选择的众多描述中，第一个选出来描述自己的。事实上，妮娜已经创作了一系列写给年轻人的书，“拯救世界”系列就是以“接地气的理想主义”为核心理念，讲述关于领导力和社会实践的内容。继“接地气的理想主义者”之后，妮娜为自己选择的另外两个描述是“乐观”和“自信”，这两个描述都表明一种显著的、积极正向的人生态度，这也是妮娜和其他研究对象中的所有具有高度自驱力的年轻人所共同拥有的特性。

积极正向的一个核心构成就是“感恩”。妮娜的一句话“我不断地为这个世界带给我的东西而感到惊奇”说出了很多有目标感的年轻人的心声。在我们接下来和她的访谈中，她表达了对于发现世界上有这么多极好的一面而感到兴奋的心情，“我开始意识到活在这个世界上是多么的特别和精彩，身边有这么多有爱的、美丽的人们围绕在我的身边，我是多么的幸运。我的心中充满感激，想要与他人分享这份对生命的乐观和热爱。我想

这就是我如何发现意义的”。这种想要把世界给予她的东西与人分享的感恩之心，并且想要有机会贡献个人力量的想法，在我们所研究的具有高目标感的人群中普遍存在。

是的，这难道不是所有年轻人在一开始就应当有的对于生命的感受吗？理想主义、怀抱希望、有热情，并且拥有对于探索周围世界的敬畏之心和好奇心，这些特点自古以来就被哲学家和作家记载为“年轻人传统导向中最重要的部分”，是所有年轻人在生命之初就应有的态度导向。而让人感到心酸的是，这些乐观主义和自信的天赋似乎仅存在于当今一小部分的年轻人身上。在所有我们社会当前对于“不公平”的关注中，这一项应当列于首位。

妮娜的故事还让我们了解到，“早期对目标的发现”对于引领一个青少年走向比较完满的成年人所起到的作用。个人发展的一个象征性的印记，就是自我认同感的构建。自半个世纪前埃利克·埃里克森（Erik Erikson）把这个议题搬上了荧屏，公众已经广泛认知到了这点。青春期遇到的最大挑战就是通过给自己划定一个在这个世界上的位置来定义自己。个体认同可以使年轻人把自己和其他人区别开来，同时也为自己成为社会上有价值的人提供一个参考模式。强劲的自我认同感，是后来在成人时期心理能够健康发展的基石。

在一项关于青少年自我认知的研究中，丹尼尔·哈尔特（Daniel Hart）和我发现，自我认同形成的一条确切路径是在具有系统性的自我价值观和信仰的基础上，生成一个关于自我的理论。[5]视自己的选择和命运为宏伟愿景的一部分，无论它是宗教信仰、政治理念、职业召唤、生活哲学，还

是审美理想，都能为构建一个持续的自我认同做好心智上的准备。当然，并不是所有的年轻人都是通过这种方式建立自我认同的，在我们早期的研究中发现，仅有一小部分18岁的年轻人（没有18岁以下的）是通过这种“系统理论”的路径来构建自我认同的。[6]对于其他年轻人来说，采取另外一些成功路径也是可行的。但那些称他们已经采用了一套强大的信仰系统的人，看上去的确显得特别有满足感，并且方向感十足。

在现阶段的研究中，我们注意到一些具有高度目标感的年轻人已经通过系统性、理论性引导的方式构建了自我认同。比如妮娜，她跟我们谈了很多关于事物是如何运作的观点，她称之为“组合”，并且谈到这个观点是如何激发她向多维度（科学家、政策制定者、社会企业家、准医生、社区及家庭成员）发展的，这样她才能够尽己所能，做出最大的贡献。

我相信抗击折磨社会的恶疾需要多方的响应。我所做的关于癌症的研究涉及一套治疗方案，是沿着血管再生的方向采取一系列的步骤来提高治疗的成功率。这套治疗方案的逻辑依据是超越药物本身的，从更广阔的维度出发来治疗和缓解恶疾。医疗的进步来自于“组合性疗法”的同步发展，不仅是科学研究的问题，而且是涉及教育、公共健康、商业和政策领域。要从不同的视角看待和解决问题，才能取得突破。我在童年时期遇到的那位切除喉头的病人，就证明了教育对于健康促进的重要性。教育是第一步，但想要有全方位的改变，我们就需要关注到整个健康管理系统的各个方面。我就是被“组合”这个框架体系所驱动，并把它当作我的领导哲学。

妮娜非同寻常的“证词”表明了对目标的追求可以推动工作理念的发展，这也正是系统性构建自我的基础。

在我们的研究当中，有好几位12岁的青少年在他们寻求个体认同的过程中，都很清楚“目标”在其中所扮演的角色。一位满怀抱负的音乐家帕斯卡·勒伯夫（Pascal LeBoeuf）在访谈中谈到，“我已经找到了自我身份认同，找到了自己真正喜欢做的事情，有自己的所爱，这简直太美妙了”。在我们的对话中，帕斯卡详细阐述了他对于音乐的感觉，这是具有原创性且复杂的理论观点。他说，“我想要奔着某个确定的目标做一些东西出来，我想要看到它背后更多的方向，在它背后有更深刻的东西。艺术只有一个功能，而音乐有多种不同的功能，我想要朝着不同的功能性做出不同的音乐……不是仅仅思考和想要写点什么，音乐带给我的是一种感觉，我想要知道自己能否将它带给我的这种感觉写出来。也就是说，我不希望感觉从艺术中来，而是希望艺术从感觉中来。它让我想到一些技术或作曲方面的要素可以刚刚契合这种感觉……所以我现在是被‘诅咒’了，因为我不会再回到从前那样，很随意地创作。但我也不清楚，缺失了目标感的音乐是否就没什么意义了”。

在帕斯卡还是个孩子的时候，就对视觉艺术很痴迷，用蜡笔一画就是好几个小时。在他9岁的时候，一位亲戚朋友教他在钢琴上弹奏《顽皮豹》的主题曲、《绿袖子》以及其他曲子，带他走进了音乐演奏的世界。“太有趣了”，帕斯卡回忆道。不久之后，他就开始上钢琴课了。帕斯卡说，“我的父母总是会支持我做自己感兴趣的事，不管他们是否喜欢”。在12岁的时候，帕斯卡从古典音乐转移到了爵士乐。整个高中时期，他参加了各种爵士乐比赛、露营团和表演队。到了高中的最后一年，帕斯卡在音乐上的投入已经占据了他大部分的时间，以致他每天只上很少的课程，即便如此，他还是能够在学业上保持较好的水平，为申请顶尖大学的工程

学而准备。但是帕斯卡对音乐的兴趣还是占了上风，最终进入曼哈顿音乐管理学院，接受爵士乐作曲和表演方面的训练。

帕斯卡期望成为一名专业的爵士音乐人。和任何一种表演艺术一样，爵士乐也是竞争非常激烈的领域。很多年轻的业余爱好者最终没能实现向“支撑他们财务需求的职业”转型。在这方面，帕斯卡显得很务实：他倾向于从理论上说明他的音乐抱负，这并不意味着他对于如何实现这个抱负有着不切实际的幻想。正如上文中提到的，这是我们所访谈的有目标感的年轻人所具备的另外一个特质——务实。帕斯卡很重视建立专业领域的职业目标，比如他会和音乐界的人建立连接，并关注事物的商业运作。就像帕斯卡在音乐上的思考一样，他对于达成财务上、专业上、个人以及音乐方面目标的思考也是具有原创性的整合思考，“我需要这些目标都包含在我的生命当中，希望它们永不停息，它们是我想要实现的所有目标，这些目标彼此也是相互依存的。我的音乐目标的实现依托于我的朋友；我个人的创造力依托于我生活中发生的事情，以及我是如何经历这些事情的；我的家庭目标依托于商业目标，而商业目标又依托于创造力和艺术”。这个具有整体性的观点激发帕斯卡在他音乐事业的各个方面全力以赴。他并没有将它们切分成几个部分，或对某些方面不重视。这样一种思路和方法是具有高度目标感的年轻人从小就有非凡产出的本源。

芭芭拉·布朗（Barbara Brown）是一位来自得克萨斯州的女孩儿，在我们第一次访问她的时候，她才16岁。那时候她已经通过参加环保工作获得了实践的真知，“我想，要完成一些工作，真的是需要服从很多东西的，不只是专心聆听。在环保工作中也是很重要的一块，如果你把一些细节弄错了，结果就是一些事情搞不定。特别是当我们要申请一些东西的时

候，必须要确保做正确……一定要遵循每一个小的细节的规定，这样才能获得全胜。”

在和两个朋友一起成立“别太冷酷”（Don’t Be Crude）这样的组织中，芭芭拉起到了非常关键的作用。这个组织的目标是通过提倡正确的机油处理方式来改善土地环境。之所以从事这项事业，是因为芭芭拉的一位朋友跟芭芭拉说起过她的父亲把废弃的机油倒在自己的土地上的事情（这一举动在得克萨斯州的农村非常普遍，因为没有其他的废弃物处理设备），芭芭拉告诉我们，“我的朋友注意到她的父亲把油倾倒在了地上，这会让土地上的草无法成活，我们正好需要为四健会（4-H Club，是美国农业部的农业合作推广体系所管理的一个非营利性青年组织）做点事情，于是就决定做这方面的研究”。很快，这几个女孩儿和本州的环境质量监管委员会取得了联系，委员会协助他们创办了一个回收项目，为了缅怀猫王，这个项目就以他的一首歌曲《别太冷酷》命名。女孩儿们满怀热情地担当起这份挑战。她们先是在自己的郡上设置了一个回收容器，没过多久，她们已经在得克萨斯州的7个郡实施了这个项目，保护了沿海超过500万英里、上千英亩的地下水。在谈及她取得这些成就的意义时，16岁的芭芭拉跟其他具有高目标感的年轻人很像，也是整合成了一套理论来表述她的这项事业。

我想（我对这件事情感兴趣），是因为我就真实地生活在这里。这里的一切都是我们自己在使用的，我们的小抽水泵就在后院。所以我认为这是很大一部分原因，知道我靠什么生活，我应该关心什么，特别是在机油回收的问题上。如果你把废弃油倒在土地上，就会影响到地下水。无论你在哪片土地倾倒废弃油，如果下面有地下水，就会渗透进去。很重要的一

点是我们住在这里，以我们自己土地下面的地下水为生，竟然还在污染着自己的水资源。这就是为什么环境保护如此重要，因为我们生活在这里，生活在这个环境中。

值得一提的是，芭芭拉发现目标的模式也跟这个研究小组里面的其他人很类似，她也是通过她的直系亲属之外的人接触到了这个问题，在这个案例当中的这个“关键人”是她的朋友（其他案例当中这个人可能是老师或其他成人）。这里面有一个启发性的时刻：一些事情出现问题了，需要矫正或改善。对于芭芭拉来说，是她觉察到把废弃油倒入土地对于环境来说没有任何的好处；对于莱恩来说，是他震惊于非洲的一些儿童没有足够的饮用水；对于妮娜来说，是她发现有人死于癌症，其实是可以避免的；对于帕斯卡来说，是他认为通过自己的创意和激情可以把爵士音乐带到更高的水平。

每个案例当中，这些年轻人也都从自己的直系亲属那里得到了支持，并从家庭之外的人或组织那里得到了指导。在芭芭拉的这个案例中，四健会扮演了一个关键的角色，正好需要她为社区做点事情，而得克萨斯州环保委员会更是为她运营可回收项目提供了特定的可能性。一旦这些年轻人开始去做了，他们在一开始取得的成功就会增强他们的动机，这样他们对于所认定的目标就会更加投入，确信自己能够在上面做出一些成绩，也因此更加渴望去学习他们做好这些事情所需要的技能。

以下是我们所认为的“迈上目标之路”的一系列步骤。

1.和直系亲属之外的人进行有启发性的沟通。

2.观察有目标感的人是如何工作的。

3.第一次启示性时刻：世界上有一些重要的东西是可以被修正或改进的。

4.第二次启示性时刻：我可以为此做出一些贡献，让世界有所改变。

5.对目标的认同，同时初步尝试去完成一些事情。

6.获得家人的支持。

7.以独创性和具有影响力的方式进一步加大对所追求目标的付出。

8.获取追求目标所需要的技能。

9.不断从实践中获取真知。

10.乐观和自信不断提升。

11.对目标的长期承诺。

12.把在目标追寻中所获取的技能和人格优势迁移到人生其他领域。

一旦年轻人走上了对目标的追寻之路，他的个性特征就因追寻目标过程中所经历的一些活动和事件而开始发生转变。出于需要，年轻人获得了诸如足智多谋、坚持不懈、精于实战的能力，以及对于风险和暂时性挫折的忍耐力。当然，这些能力也构成了成为一名成功的创业者所应具备的素质。现在，从这些全身心投入具有挑战性目标的年轻人追逐使命的热情来看，某种程度上他们已经是以创业家的心态开始了他们的征途。但是要把

这种创业家的倾向转变为完全成熟的创业家精神，包括成熟的社会企业领导力所需要的实践技能和特质，还需要在追寻之路上慢慢积累经验。

在这些年轻人经历了对具有挑战性的目标的投入，以及坚持不懈地奋斗之后，他们性格上的优点（如勤劳、负责、自信以及谦虚等）都会获得极大的发展。不仅如此，他们在各方面专业知识（如语言、数学、文化等）上的发展会远远超越之前在家庭和课堂上所学到的。

或许最为重要的是，在这些年轻人经历和面对了任何创业都不可避免的“成功和失败的混合产物”之后，对于“这个世界上什么是可能的”（所追求目标的潜能和局限性）的认知更加成熟了。这可以极大地增强年轻人的自信，认为自己有潜能改变世界，同时也能让他们更勇于承担困难的任务，并准备好应对偶尔的挫折（甚至失败）。我们的一个研究对象在他15岁的时候就已经在为家乡的枪支管制立法而奋斗，并在这场艰难的运动中取得了胜利。他谈到在向目标奋进的时候，所获得的那种真实的信心增强的感觉。

你不能坐享其成，不能总是害怕承担风险。必须要尝试做不同的事情，甚至尝试一些你可能认为有点极端的、无法达成的事情。你会想：“哦，这永远不会发生，这是不可能的，他们不会那么做的”。为什么不试试看呢？……你必须克服恐惧，不要说这不可能。你真的可以做些事情，这并不需要花费几百万美金。我认为人们真的能够感觉到力量感，觉得自己是可以做一些事情的。

学习的过程需要时间，需要持续不断的投入和努力，但这个过程并非没有快乐。事实上，从我们访谈对象的报告来看，他们工作的过程是很享

受的，并且精神上是很满足的。让人想到米哈里·齐克森米哈伊（Mihaly Csikszentmihalyi）所描述的“心流”体验。他在文章中曾经写道，“生命当中只有极少数的事情能够像我们专注在一项挑战性任务那样让人享受其中，知道我们要做什么事情，尽自己所能去完成”。[7]具有高目标感的年轻人不断从工作中获益，早早就上了这一课。一个编制复杂电脑程序和动态软件的23岁的高科技迷是这么表述他在工作中体会到的乐趣。

当我回到家继续工作的时候，我的一些朋友不太理解，他们会说：“呃，你都在电脑上工作一整天了，为什么回到家还想要工作呢？”没错，但我现在做的是很有趣的东西，即使是在工作，都会觉得很有趣。这对很多人来说是难以理解的，他们回到家里，会觉得我是痴迷在这上面了……这就是为什么我如此热爱我的工作，就是因为这其中充满了挑战性。

当然，他们工作的结果就是，当任务完成的时候，会带给他们一种独特的愉悦感。莱恩告诉我们：“当我第一次到乌干达，看到我们挖好的第一口井；当我看到了那里的人们，看到他们因为有了纯净的水源而高兴的样子；他们为能喝上干净的水而载歌载舞地欢庆……这些让我感觉太美好了，我真的非常高兴。”其他人也以各自的方式表达了和莱恩同样的感受。

追求目标给个人带来很多的好处，这有助于我们理解为什么那些年轻人在找到了可以专注投入的事情之后，会锲而不舍地坚持下去。一旦他们开始做了，就不需要再借助外在的刺激和奖励来激励他们。但他们需要支持，首先最重要的是来自家庭的支持，再有就是来自朋友和社会其他人士

的支持。事实上，所有具有高目标感的年轻人，无论他们是多么的勤奋或富有创意，在他们做事的每一个阶段，都需要他人的重要协助。他们很有决心，但还不能自给自足。尽管他们已经取得了很多成就，且无论从何种角度来看，他们所投身的使命也是令人钦佩的，但毕竟在我们的文化标准看来，他们还没有接受“完整的教育”，或者说被“养育成人”。

对年轻人追求目标的支持来源众多，且形式多样。我们所研究的12个年轻人，背后都有来自他们父母的重要支持，尽管父母们并没有帮他们找到这些目标，对这些目标也并不熟悉，甚至还可能会对他们找到的目标感觉有些意外，但在支持孩子们迎接这些挑战方面，父母们通常会给予无私的帮助。芭芭拉·布朗回忆到：

我爸爸是搞定事情的能人，特别是当我们跟其他合作单位产生问题的时候。他可能会说：“好吧”，然后会叫上其他孩子的爸爸们，“来，我们又遇到问题了，让我们一起来解决它吧”……一旦我们到了书写授权申请书的环节，妈妈就会和我坐下来，一直就这个问题探讨下去，直到把这个很长的申请表格填好。

父母通常在带孩子、陪伴孩子上面扮演非常重要的角色。当孩子们还太年轻，没有拿到驾照的时候，父母就需要充当司机的角色。在莱恩12岁的时候，他还没办法独自一人应邀请到各地做大范围的出差，所以父母中的一方就总是会陪着他去参加一些旅行和演讲活动。另一位家长10岁的女儿致力于阻止未成年人吸食烟草，他甚至配合女儿做买烟的卧底。他的女儿会进到当地的一个商店，试着买烟（她的实际年龄还远低于买烟的法定年龄），这都被隐匿起来的警察看在眼里。“我们总是说，我爸爸是出租

车司机，是他带我来这里的”这个女孩儿告诉我们。同时，她的母亲则是提供持续的情感上的支持，“我妈妈是位心理治疗师，我们无话不谈。我们会全家一起出去度假，彼此的关系非常亲密”。

除了父母之外，其他一些成年人导师也可以起到非常关键的作用。事实上，通常都是在来自家庭之外的成人的作用下，年轻人才得以接触到最终成为他们目标的事情，并在这些成人的鼓励下担当起这份事业。妮娜·文森指出了在她努力寻找抗击癌症的方法的过程中，她和她的导师之间的关系起到了至关重要的作用。这位女性导师鼓励妮娜创办和领导一个青少年癌症组织，帮助妮娜起草了这个组织的章程，并且指引妮娜如何与美国癌症协会合作，还告诉她募集资金在实际操作中的一些复杂的细节。“她帮助我预见到潜在的捐赠者以及拨款委员会可能会提出的问题，让我做好充足的准备，她还跟我解释了备份好含有数据和证据支持的建议书的重要性，并在整体上指导我了解非营利性组织和政治界的运作模式。”妮娜是这么总结她的经验的：“她是我的导师，帮助我定义了自己，即‘我是谁’，‘我在这个世界上所扮演的角色是什么’”。

在一些案例当中，具有高目标感的年轻人会向多个导师寻求指导、支持和鼓励。例如帕斯卡，在过去的几年中，他曾师从多位音乐老师，把他们都视为是他的导师。此外，他还从他所描述的“纽约街头随机出现的我很欣赏的音乐人”身上学习。我们的另一个研究对象，23岁的迈克·戴维森则在参与政治性的活动（这在他这一代人中并不常见），并投身于政治改革，他的导师有自己的家人、工作场合的主管，以及一位高中老师。这位老师对迈克的影响是最大的：“在我读高三的时候，高中的一个政治学教授让我无论从学术还是理智的角度都对政治产生了浓厚的兴趣……他对这

个专业充满了热情，还很严格，给我们布置了大量的阅读任务。尽管这只是一门先修课程，但我就是很喜欢，恨不得一口把它啃下”。迈克描述他的另一位导师“相信我，并且支持我，胜过我自己”，“非常负责任地鼓励我要全身心地投入在新发现的爱好上面”，在他去世的时候，“我为他写了悼词，写了他是如何影响我的人生的，在很多方面都像个父亲一样关照我……”。另一位年轻人也把他所取得的成就归功于他的多位导师：“除了父母的支持之外，我还有一些非常棒的导师们，这就是为什么这个工作最后会变得如此重要，都是因为这些导师。我所做的事情之所以能够拓展到社区层面，是因为有这样一些专业人士在我身边，扮演了跟父母不一样的角色”。

有目标感的年轻人还从他们同龄人那里获得了支持，就像大多数的青少年和青年人一样，这些年轻人非常看重友情，并且他们之间是以一些成年人的无法复制的相处模式在互动。但这些高驱动力的年轻人也发现，老朋友之间通常是不会分享他们新发现的爱好的。那么解决办法就是积极在同龄人中发展新的朋友关系，最好这些新朋友跟他们有着共同的目标，且能够激励他们。帕斯卡用和其他人同样的语气告诉我们，“现在就容易多了，因为我所有的朋友都是学校里搞音乐的人，在高中的时候就不是这样的，是先有朋友，后有音乐，现在几乎都合为一体了”。

在我们的一个附属项目中，仔细研究了所有具有高目标感的年轻人的生活形态，教育心理学家肯德尔·布隆克（Kendall Cotton Bronk）这样写道，“这些年轻人发现在他们学校的同龄人中，有一些朋友能够分享彼此的兴趣，但在大多数情况下，他们的同学对于‘激励他们的目标是什么’并不感兴趣。而这些年轻人则反其道而行之，对他们的目标依然非常坚定，

并且积极寻找和他们志同道合的同龄人的社群”。[8]

高目标感的年轻人对于自己的使命和任务非常专注，有时会做出其他的决定，例如围绕着这些使命和任务，该选择什么样的人做朋友。但如果就说他们“兴趣专一”，也不是很确切。实际上，这些年轻人有着和同龄人几乎相同的爱好。正如在本章的一开始我们所讲述的那样，从根本上来说，他们只是普通的青少年。他们也关注一大堆的东西，包括很多与无关正业的、没什么实际意义的东西。而他们突出的地方在于他们对达成目标的奉献精神，他们取得的成就，以及他们在努力的过程中所掌握的各种能力。通过一个相对稳定不变的承诺，使这些年轻人得以成功避免感染上那种让很多这代年轻人感到困扰的、无力的漂浮感。他们带着对风险和挑战的热情和足智多谋来追求他们做出的承诺，这些也是崭露头角的企业家的特质。所有这些追求目标所带来的杰出成果、有益的收获及其“副产品”，都源自于和地球上其他年轻人同样的基因。

正是这群年轻人身上的“常态指标”和“异常积极主动”的组合，使得他们对我们来说具有极高的研究价值。他们的经历所沉淀下来的这些经验教训和当今所有成长中的年轻人都息息相关。这让我想起最近看到的一部有点怪异但深受欢迎的电脑制作的动画电影——《美食总动员》（Ratatouille），它讲述的是一只聪明可爱的老鼠想要成为顶级厨师的故事，这只老鼠的成功传递出一个讯息：“人人都可以是厨师”。和这部电影一样，我们的研究结果也让我坚信：“人人都可以找到属于自己的人生目标，并且在追寻它的过程中，会给自己和他人都带来很大的益处”。但别忘了我曾经指出的，“支持”在整个过程中都非常重要。

[1] 安·科尔比和我在关于道德典范的研究当中，得出了几乎同样的结论（参阅《真心关怀》一书）。尽管我们研究的23个人做出了很多让人钦佩的事情，但他们获取和维持承诺的过程却是和任何一个人获取通常范围内的道德习惯和信仰（例如控制自己不去伤害别人，关心所爱的人）都一样的。说到这些模范，他们的承诺已经发展到了非常宏大的、难以企及的程度，但心理和行为上跟普通人的差异只是程度有所不同，根本还是一致的。

[2] 妮娜特别感谢ACS的团队成员贝丝·史蒂芬森（Beth Stevenson）和琳娜莉·布莱斯（Linelle Blais）的帮助。

[3] Ibid.，esp.vol.3，chap.6，by Avshalom Caspi.

[4] In particular，Nina acknowledges the help of ACS staff members Beth Stevenson and Linelle Blais.

[5] William Damon and Daniel Hart，Self-Understanding in Childhood and Adolescence（New York：Cambridge University Press，1988）.

[6] Ibid.

[7] Csikszentmihalyi，Finding Flow，p.5.

[8] K.Bronk，“Exemplars of Youth Purpose：A set of twelve case studies in adolescent commitment.”Unpublished manuscript，Stanford University.

第5章　超越短视

对年轻人来说，寻找到通向目标之路最大的障碍就是当今社会传递给年轻人的渗透在文化中的信息——执迷于眼前、短视和急功近利。流行的文化是在颂扬“快速得到结果”，以及“取得引人瞩目的成就”，取代了传统对于“反思”和“观照”的重视，尽管后者曾经一度被视为人类发展和教育的道德指向。大众传播讲的那些让人非常羡慕和嫉妒的、依靠走捷径收获名利的人物故事，通过电脑和电视渠道传播给了广大少年儿童（在工业社会下，相当于每一个儿童都接触到了这样的讯息）。当今电视节目最普遍的形式就是竞赛，参与节目的普通年轻人在几分钟、几天甚至最多几周的时间内就一跃成名，快速致富。对“快速取得物质上的成功”的呼吁被当前的经济环境放大了，导致了一些人无比富裕，一些人陷入激烈的全球竞争中，还有很多人笼罩在贫困的阴影之下。

出于对地位的追逐、占有欲、安全感、自我推销以及一些浅薄价值观的混合，当今的文化媒介正在驱使年轻人以牺牲“持久的抱负心”为代价，追求短期的成功。一个可悲的讽刺是，对于当今很多年轻人来说，他们连短期目标都没办法维持，坚持的时间太短，甚至不足以达到他们所期望达到的物质结果。大众传播所展示的快速获得财富和快乐的捷径，和好莱坞式的幻想差不多。人生中的任何成功，从世俗意义上的到精神层面上的，都需要持续不断的努力。持续时间最长且令人感到满足的成功，需要对“为之付出努力背后的目标”有更深层的思考。从发展的眼光来看，开始这样的思考比较合适的时间是在青春期，也就是当一个年轻人开始选择他要成为一个什么样的人，过什么样的生活的时候。

青春期是充满理想主义的，或者说至少应该是这样的。在这之后可以有充分的时间掌控你的梦想，使其符合世界上现行的、必然的约束性。如果人生不是以充满理想主义的抱负开始的，很可能这一生就荒芜了。几百年来，哲学家、心理学家以及其他人类发展的深层观察者都认同这一观点。亚里士多德在两千年前是这么说的："他们充满希望，他们的生命满是期待，他们品格高尚，他们选择去做崇高的事，而非出于私利考虑的事，这些，就是年轻人的特点"。

在今天这样一个让人紧张的、充满竞争性的世界里，年轻人的理想主义已经让位给了"一心只想要获取物质和财务安全感"的渴望。研究者对刚步入大学的大学生们的信仰和目标进行了调查，得出以下结论：

特别需要注意的是，两个形成鲜明对比的价值观（"逐渐发展出有意义的人生哲学观"和"财务自由"）的重要性出现了变化。在1960年末，"逐渐发展出有意义的生活哲学观"位居价值观之首，被80%以上的大学新生认为是"必不可少的"或"非常重要的"，而"财务自由"则远远被甩在后面，排在大概第五或第六的位置，仅有不到45%的大学新生认为它是"非常重要的"或人生中"不可或缺的"目标。从那之后，这两个价值观就基本上交换位置了，"财务自由"现在排到了首位（74.1%的人认同此项），而"逐渐发展出有意义的人生哲学观"现在则排到了第六位，仅有42.1%的人支持此项。[1]

这个排序的变化并非是凭空发生的。我们主流的媒体不断地强调物质成功的诱惑力，特别是"快进快出"的那种。再有就是近些年来，大人们不断地跟年轻人讲（当然他们也是出于好意），要他们跳出天然的理想主

义，学会更关注物质上的收益。大人们这么做也是出于担忧的权宜之计，为了帮助年轻人在今天激烈的市场竞争环境中获得领先优势。但这种立场对年轻人来说是不可靠的，不仅仅是因为这违反了他们人生发展阶段的自然规律，而且这种态度本身也是没有可持续的信念的。胆怯的、悲观的立场既不能激发年轻人全身心地投入努力，也难让他们保持持久的效忠。

我的用意并非贬低人们在年轻时或其他人生阶段的物质追求，所有人都需要也应当享受某种程度的物质拥有。至于金钱，毋庸置疑是实现很多人生目标的关键。帮助年轻人学会如何以现实的方式来追求他们的梦想，必须教他们学会管理他们选择的这条路上的财务需求，同时年轻人也必须明白，金钱是达成目标的手段（希望是一种崇高的手段），而它本身并不是目标。对金钱本身进行美化，就像是过度的自我吹嘘，会把年轻人带向荒芜之径。前面所提到的“快进快出”的心理，只会让结果更加糟糕。至于说获得成功并不需要努力工作和若干年的准备这样的说法，其实是暗示了一个人“只要运气好”，就可以不费吹灰之力快速获得他想要的东西，比如名声和物质财富，这些东西本身就足以代表真正的成功。我反对这种说法的原因是，真正的成功需要比名利的层次更深层的一种意义感。如果物质上积累的成功脱离了终极关切，不能服务于更远大的目标，那么当人一开始的自我满足感消失之后，物质上积累的成功不过是让人空虚和沮丧的“药方”罢了。

当下主导的文化资讯是在说服很多年轻人用尽一切力量（有时候是近乎疯狂的）追求某些成就，但却无法帮助年轻人去发现他们努力的背后更深层的目标是什么。这些讯息是在敦促年轻人去追求一些与终极关切基本无关的所谓“高大上”的成就，以及去获得更好的表现，但这跟他的个人意

义感关系并不大。再有就是，在我们和年轻人的很大一部分对话当中，我们没能和他们谈到最根本的问题，好像谈这个话题会拖他们的后腿。在社会上的成年人和年轻人双方的仓促行事之下，我们不但对“什么是值得奋斗的”失去了感觉，还耗尽了年轻人持久动力的主要源泉。

短期目标，如完成一个家庭作业、取得好的成绩、成立一个团队、找一个舞会的舞伴，每天就这么来来去去。对于适应当前的状况来说，短期目标也许是有必要的，年轻人也可以在追求这些短期目标的过程中学到一些重要的技能。但是这些短期目标本身并不能定义未来的日程。短视的思维并不能帮助年轻人定义出一个他所期待的自我认同（我将来想要成为一个什么样的人？），也不能产出一个让人可以投身于此的激动人心的目标（在我的人生中我想要取得什么样的成就？）。短期目标可以让人跨越当下（当然有些时候是必要的），但无法产生出那种可以让人有持久满足感的前进的动力。

我们的文化之所以会注重短视，无疑是源于（至少是因此而强化）我们所面对的急速发展的全球经济。我们担心自己和我们的孩子能否应对“寻求住所”“教育”“医疗”等基本需求方面所面对的竞争。在这样的情况下，我们怎能允许自己被那些很宏大的“蓝图一样的东西”（像“为什么”这样的问题就称得上是这里面最宏大的蓝图一样的东西）所分心呢？说不定这时候，一些人正在前面抢我们的饭碗呢。具有讽刺意味的是，尽管我们努力用务实的方式保护年轻人，但结果却是使得他们应对复杂的世界环境的准备更加不足。因焦虑而想出来的短期策略，是无法孕育想象力的，在现在这样一个高度动态的社会当中，这样的策略也不可能长久。只有把眼光放长远，以有力的目标为驱动，才能够构建和维持应对未来所需要的各

种能力。

我们没有去问年轻人一些终极的问题，取而代之的是把他们的注意力导向了对短期的关注，如关注“竞争”“自我推销”“地位”和“物质的获得”等。我们可能认为关注这些东西是符合他们的最佳利益的，但到了最后，我们总是会发现，把关注力放在这些东西上面，只会徒增年轻人的矛盾心理、疏离感和愤世嫉俗。然而我们总是想要把自己的关注点和目标强加给他们，而不是鼓励他们去追求真正能够激发他们自身斗志的兴趣。我们对于他们对意义感的追求（他们想要尝试回答的那些很大的问题）置若罔闻，反而要把他们拽回到我们所担心的事情上面，这种企图是完全无效的。

[1] 阿斯丁（A.Astin）“美国大学生的变化：30年的趋势，1966-1996”，《高等教育评论》第2期，第21卷，115-35。根据之后的研究，阿斯丁和他的同事所观察到的双重趋势（学生物质上的目标总数呈上升趋势，同时伴随着与人生意义相关的目标总数的下降）在21世纪的头10年里一直呈现出不断加强的态势。

超越短视的思维：在学校教育方面

值得称赞的是，在过去的几十年中，我们的社会对待教育已经越来越认真了。美国每一位政界人物都站在支持学校发展的立场上，商界领袖也认识到了受教育人口对于应对全球市场竞争的重要性。慈善家投入大量的资源，确保每一位学龄儿童获得未来工作和维护公民权益所需要的能力。由于政治观与世界观的不同，各方付出的这些努力所采取的方式方法也各异。但除了极少数的例外情况，当今各界推动学校发展所采取的主要的方法中，有一点是共通的——他们几乎完全是以学生的考试成绩为标准来衡量他们进步与否。

我并不是批判考试、评分以及其他客观衡量学生取得成就的方式，我是支持这种明确的衡量标准的，并且站在客观的立场上，我也相信竞争是可以促进学生的学习的。但是当下美国学校所采用的这种标准化考试，对于更高一层的标准，即让学生拥有卓越的学习、理解能力，以及获取有用的知识方面，是没有太多帮助的。我们所依赖的为了搞清楚学生是否在学习（以及学校的工作是否做得不错）的考试，只是用于给那些想要评估学生或学校教育系统的人提供了某种证明。考试，对于学生和学校而言，是具有高度利害关系的。这样一来，考试就会转移人们的注意力，让人们偏离了其他的教育重点，特别是鼓励学生们“主动获取知识”，以及“对终身学习的热爱”这一核心使命。对于意义和目标这类问题的探索本该是构成每个学术行为的基础，但往往被完全排挤在学校的学习活动之外了。课堂上的主要目标变成了向学生传授一些他们几乎没什么兴趣的，为人们所熟知的事实、人名、地点以及公式，而不是更远大的目标，也不是学生在课堂

之外可以用于解决问题的技能。

批判主义者抱怨我们执着于依赖标准化的考试分数（我相信这点是没错的），害得老师和学生都不能专注于教育的真正使命——为了学习而发展出对学习的热爱。这种对学习的热爱可以让人一生都保持学习的状态。我同意这个被人频繁提及的观点，但也想提出一个警告：考试本身并不会削弱任何东西，包括对学习的热爱，但如果考试变成了那些制定学校要做什么事的人（这里我指的是包括从交学费到给学生上课的所有人）“唯一的”或“最主要的”关注点的话，那就意味着最重要的一些事情很可能被排除在学校的行事历之外了。这些最重要的事情之一，就是“深度学习”，正如批判主义者所指出的那样。

同样重要但通常没有被注意到的一点是学生对于学校的一些主张和活动的“意义”的诉求。很重要的一点是要去问（年轻人通常也是这么做的），“学生在学校里所做的”是否跟“更远大的目标”（即能够引发他的兴趣、动力乃至最终的承诺的目标）有关联，如果有，那么关联是什么。这也就是我在本书中通篇所提到的“为什么”的问题，这次针对的就是，为什么课堂和作业占据了一个年轻人大部分醒着的时间。

正如我在本书的开头所写的，很少有听到老师跟学生们讨论他们的学术活动可能指向的“更远大的目标”，甚至也没有提及很多人在追求目标的过程中所体会到的那种满足感、兴致和愉悦感。为什么学生必须要学习数学家费力论证过的结果呢？为什么整个课本都是科学家做的实验呢？为什么我们要读文学作品或去看莎士比亚的戏剧呢？这些问题的答案对我们成人来说是显而易见的，但是学生是无法知道这些学习活动的吸引力的，除

非他们自己去体验，或有机会去观察那些“被自己的亲身经历所激发”的人。一旦学生有这样的机会，就会给他们留下非常深刻的印象。老师们通过向学生们表达他们对于自己真正感兴趣的专业的欣赏，就可以让那些最不专心、最吵闹的学生沉浸到课堂中来。我曾经看到过一个位于贫民区的非常难搞定的课堂，当老师充满激情地讲述在她年轻的时候，感觉文学是多么的伟大，一直激励着她时，学生们的注意力一下子就提起来了，放下一贯冷酷逞能的样子，很专注地听、出神地思考和吸收着老师的话。

但绝大多数情况下，能够唤醒学生兴趣的最根本和引人入胜的问题都没有被问到，也没有被回答，尽管老师本人是知道的。为什么有人会学习“教学”，找一份做老师的工作呢？老师们很少跟学生讨论驱动他们走进这一专业领域的原因，也没有经常分享他们在职业召唤中所体会到的满足感给他们带来的激励。这对于刚开始思考职业意义的学生来说，是怎样一种示范呢？如果我们不断地把学生的注意力从对“长期抱负”和“个人意义”的关注点上引开，我们又能如何期待一个学生找到持久的目标感呢？

如果我们从来不告诉学生他们所欣赏的成年人发现了什么有意义的事情；如果我们从来不告诉他们这些成年人是如何寻找到目标感的；如果我们从来不给他们机会去思考他们自己的探索，也不鼓励他们去问关于他们在一生中想做点什么的这类重要的问题，那么我们面临的风险就会是：养育了这样一代人，当他们踏入成年的时候，还没有方向感，或者更糟糕的是，他们根本不想踏入成年。

假设年轻人接受了建议，认真地寻找自我实现，但在这样一个充满了压力、竞争、岗位要求及其他他们听闻到的无穷无尽责任的世界上，他们

如何能够找到一些既务实又有意义的事情？老师们极少提到这个至关重要的问题。但这个问题是所有年轻人迟早必须要面对的，这样他们才能够做出建构自己人生的选择。

我们的中小学（至少是好一点的学校）是很擅长塑造基本技能的，我们的大学则让年轻人接触大量的想法和知识。所有这些教育的赋予，能够极大地丰富学生的智识生活。但是，当涉及引领学生走向他们能够找到有个人价值感和意义感之路时，很多中小学校和大学的短板就露出来了。大多数学校和大学在它们提供给学生的课程中强调的是专业知识，但学生能用到的很有限。有时，几乎是到了快结业的时候（在学校毕业典礼的短暂时刻），一些著名的领导者在演讲中会鼓励学生去闯荡世界，做出一番伟大的事情。但当到了要把他们专业的学术课程和这些远大的抱负之间做一个连接的时候（例如数学或历史学的知识如何服务于学生想要追求的更远大的目标），差不多都是要学生们自己去面对。如何构建这些连接并不包含在课程表里面，当然也不在老师或教授的职责范围内。

或许对于这个问题的建议应当由辅导员或职业咨询顾问提出来，但就这点，我们的中学和大学目前还不能支持这样的角色。在当前大多数美国学校里，咨询辅导员的数量跟学生数量的配比还太低，而且在很多大学，想找到职业咨询服务，会把你带向一个学术上很落后的偏远之地。在“学生在学术上学到的东西”和“他们如何找到对他们来说有意义的职业”这两者之间连接，反倒是被我们当代的学术机构放在优先级最低的事情之列，远在搞点足球活动、邀请名人露面和建设新的宴会厅之后。[1]

中学跟大学一样，也是很少有老师会花时间跟学生讨论他们每天所做

的事情更大的意义是什么。这点对于一直倡导和致力于“智力评估”和“批判性提问”的学校来说，是让人感到意外的疏忽。这个“意义的断层”会从学生当前所做的事情上面延伸到他们未来的前途上，学生通常对于他们的课业和他们需要用到的知识技能之间的相关性感觉很困惑。从更广的角度来看，课堂教学能够引导学生深入思考诸如“我想要成为一个什么样的人”，或“我人生的意义是什么”这类重要问题的可能性是更小的。这类问题对很多教育者来说太空泛了，即使在哲学课上也不例外。但这些问题对于成为一个受过完整教育的人来说却是那么的重要。

[1] 令人厌恶的这些信息流是持续不断、不可阻挡的。在MySpace和Facebook清除了他们网站上面与性和暴力相关的内容之后，其他一大堆传播很广泛的网站快速兴起，占领了这些位置。请参阅B.斯通（B.Stone）“年轻人转向不设限制的网站”，《纽约时报》2007.01.02P1

超越短视的文化：在社区和媒体

在年轻人同样花时间比较多的“社区”和“吸收流行文化”方面的情况怎么样呢？年轻人又会受到怎样的指引呢？这是年轻人发展过程中“最大的赌注”。一些运气好的年轻人会遇到成年人导师，带他们接触到能够激发他们的目标，了解到能让他们实现这些目标的切实可行的方法。还有一些年轻人会从对我们的媒体和教育机构尽力去制作的“对艺术、历史和文学的高质量的演绎”中获益。

但当今仍然有为数众多的年轻人是处于漂浮的状态，缺乏机会或鼓励，也没有接受上述的文化熏陶，他们将会完全受媒体支配。媒体展示的是什么呢？是我们社会当中最粗俗、最轻浮和最功利的一面。任何通过随机浏览推销给年轻人的网站、有线电视节目、畅销书以及音乐，都会产出大量品位低俗的混合产物，多到足够塞满一个仓库。我们当前的大众媒体向年轻人推销的这种方式可以称得上是“奔向底线的竞争”。[1]

最近整个文化中所涌动的对于目标的关注，本身就发人深省。正如我们在第2章一开始所提到的，古代对于目标的需求已经汇聚在科学和文学中了，[2]但有关目标的实践在我们的社会上还显得太缺乏，特别是在我们养育和教育孩子方面。当代的作家是不是因为认识到（不管是不是有意识的）我们组织家庭和社会活动的方式已经比较危险了，所以开始关注这个关乎人类繁盛的根本元素？

我在这里并不是要发声抗议当代文化的衰退（事实上现在已经有足够多的媒体评论家热衷于扮演这样的角色了），我想要指出的是，年轻人对

新文化的适应不会自动发生。成年人必须积极创建一个有益身心健康的文化环境，设定“约束性”和“激励感”的双重标准。年轻人从他们所接收到的文化讯息上领悟到了“边界”的概念（什么是允许做的，什么是不允许的），以及让人振奋的事例（在寻求个人的成就和满足感时，可以看到确立怎样的目标是有可能性的）。如果想要让年轻人找到积极的人生方向，那么成人社群就必须给年轻人提供一种“社会化学习”的机会。如果我们把这类社会化学习的源头渠道打开，让年轻人试试看，那么一些年轻人就能够依靠自己的力量找到卓有成效的路径，当然还有一些人可能会迷失，或被文化当中很多腐蚀性的东西所误导。

试想，一位年轻人正在寻求职业道路选择方面的建议，正如我们所看到的，“中学”是严重地没有准备好，不足以提供这样的建议，也很少看到哪个“大学”在这上面有比较多的投入。“父母和亲戚”也许能够提供一些有帮助的指点，但他们多数人不是对现在市面上的工作没有足够的了解，就是带有他们个人的倾向性（“你应该来我这个行业工作”），这在年轻的聆听者的心目中，这些大人可能会丧失一些可信度。这样，年轻人就只剩下透过大众传媒的视角观察到的那些东西了。好莱坞呈现给他们的是经过美化的、缺乏深度的职场人士的形象，根本没有展现出对现实世界不同领域实际所面对的“挑战”“机会”以及“回报”的关注。可供年轻人阅读的“书”这方面怎么样呢？2006年在个人理财方面荣登“最畅销书排行榜”的两本书，毫不掩饰地传递着这样的信息：唯一值得人们渴望去追求的职业，就是那些能够带来巨大财富的职业。[3]其中一本书中讲的是一个鲜明的对比：一位成功的企业家和一位老师。书中描述这位老师最终的结局就是——成了一个穷困潦倒的人。另一本书更是很直白地声称：“中产阶级不过是他们

所属领域里面的平庸之辈，穷人就是在他们领域里面做得比较糟糕的”。[4]即使是对富豪没有敌意的华尔街日报，在评论这本书的时候也提出了抗议：“各地的警察和修女可能都很自然会对这样的观点表示愤怒”。[5]但仅有极少数的年轻人可以像富有经验的书评者那样，有着丰富判断的经验和成熟度。一旦他们吸收了这些信息及类似的文化资讯，他们只能得出这样的结论：大多数可供他们选择的职业道路（其中很多职业是对社会很重要的，也是能够给带给追寻这些职业的人深层的满足感的），“都是为失败者准备的”。

这对于那些正处在人生十字路口的成年初显期的年轻人来说，是一点帮助都没有的。其实不但没有帮助，还是有害的：这个观点根本上就是错的、误导的、让人泄气的。真正有帮助的方法，是能够将年轻人的注意力从短期的、不能带来持续满足感的无关目标（即“空气中的噪音”）上引开，引导他们去追求能够在现在和未来带来个人意义感的目标。从广义上来说，年轻人也需要听到能够鼓励他们积极参与社会公民活动的文化讯息。正如我在前面所谈到的，很大程度上是由于太多的年轻人看到了媒体对公务员的报道，从而丧失了对公民和政治的兴趣。

无论是我们的媒体传播，还是政府领导人，一直以来对于“年轻人对城市生活的态度”都缺乏足够的关注。在我们主流的文化当中，无论对学校、媒体还是其他机构来说，都没有把“鼓励与公民社会之间建立积极的关系”作为高优先级的事情。唯一的原因就是我们忽视了对于一个人的长远发展来说最重要的东西。我们必须重新获得更有远见的、更开明的思考方式。正如在早期时代一位受人尊敬的国际领导人达格·哈马舍尔德（Dag Hammarskjölds）曾经说过的：“只有保持目光注视在远方的人，才能找

到正确的路”。作为成年人，我们有责任在这个充满不确定性的、困惑感、愤世嫉俗的感觉越来越强的时刻，有远见地指引年轻的一代人。

[1] The stream of unsavory material is incessant and unstoppable.After MySpace and Facebook cleaned up their acts with regard to sex and violence，a host of other widely viewed sites quickly arose in their place—see B.Stone，“Young Turn to Web Sites Without Rules，”New York Times，January 2，2007，p.1.

[2] See the JTF Web site（templetonfoundation.org）for more studies of purpose in the life sciences and cosmology.

[3] R.Kiyosaki，Rich Dad，Poor Dad：What the Rich Teach Their Kids About Money—and the Poor and Middle Class Do Not（New York：Warner Books，1997）.

[4] T.H.Eker，Secrets of the Millionaire Mind（New York：HarperCollins，2005）.

[5] R.Lieber，“Boiling Down Top Finance Books，”Wall Street Journal，December 30，2006，p.BI.

超越短视的指引：在家庭里

最近，一位家长给我写了一封邮件，正文如下：

几个月前，有一天早上，我的女儿跑过来跟我说，她看了一部关于买卖人口的纪录片，讲的是年轻女孩们是怎么被贩卖为奴的，她很担心这样的事情发生，因为她听说在很多国家甚至包括美国都发生了这样的事情，然后她就说，她必须为此做点什么。我说，为什么你不在学校创办一个增强人们这方面意识的项目呢？或许还可以为应对这个问题而进行筹款。我还说这是个很好的想法，因为你可以把它写出来，放进你的大学申请材料中，对于未来可能进入的大学来说，看起来会觉得你很棒。就在这时她转向我，略带失望地（更别提她的嘲讽了）说，“你说的没错，妈妈，这就是我的全部，不是吗？”我那时候立刻就感到羞愧了，我非常真实地看到了自己，我的行为就是你们在探讨的这个问题的构成因素之一。这只是一个很小的例子，但它体现出了一个很常见的现象，为了想要让我们的孩子在市场上更有竞争力，我们硬是把他们所拥有的“对他人幸福的关心”这样一个可能发展为长期目标的事情，变成了短期的、自私自利的目标。

我在此引用这封邮件，并不是因为它让人很震惊，或有什么不寻常之处，反而是因为这是一个我在过去几年当中频繁目睹到的“成人跟孩子颠倒过来”的例子。

年轻人比他们周围的成年人对问题的认识更透彻。他们能够看穿家长这个引导行为的核心，是被精打细算的自我推销所驱动，还是让人感觉更泄气的，只是一种卑劣的自我保护的手段。他们觉察到了这个核心的讽刺

可笑之处，出于对提出此类建议者的尊重，他们也会觉得做这个项目是合适的，但没有什么热情去做。

奇怪的是，很多年轻人经常所面对的赤裸裸的权宜之计的压力，通常和“真正的物质需求”的关联性并不大。实际上，最大的压力反而往往是来自于那些最富裕的家庭。大卫是一个最近刚刚毕业的大学毕业生，他曾花了几个暑假的时间和一个致力于帮助贫困儿童的慈善组织一起工作。在大学毕业之后，他想要全职加入这个团队，帮助他们组织募款活动，以及做一些行政工作。这份工作的薪酬仅是在维持生活的水平，大卫也不知道他未来的发展方向，或许是在慈善或医药领域寻求职业发展，或者走向社会企业的管理或商务类岗位，还可能是从事公共服务法律方面的职业。尽管这份工作看起来是很艰难，且充满不确定性的，但是每当大卫谈起他的这份工作时，他的眼睛总是闪闪发亮的。但是大卫的爸爸对此却是强烈反对的，他认为大卫在开始工作之前应该再去读一个更高的学位。作为一个富有的、白手起家的商人，大卫的父亲很容易把世界看作一个充满残酷竞争的地方，并且这种态势总是愈演愈烈。或许这位父亲是害怕如果大卫花费几年的青春大好时光在一个前途不明的慈善事业上，那么他就会因此落后他人，并且几乎永远无法赶上来了。

父亲和儿子之前的矛盾冲突不断升级，在情形紧迫的情况下，甚至到了用“断绝关系”来威胁对方（断绝沟通、剥夺继承权、诅咒）的程度。最终，在两个人的关系濒临破裂的边缘，各自都退让了一步，但是在此之前，持久的不信任和敌对的情绪已经在他们之间发酵了。最后，大卫休了一年的假，一边为这个慈善组织做了一些兼职的志愿者工作，一边申请攻读法学院。但他的申请并没有成功，可能是因为校方看出来他对这门专业

课缺乏热情。无论如何，大卫仍然面对着一个不确定的未来。而此刻，他的自信、激情和投入度都明显不足了。

人生中第一次的努力尝试是非常重要的，因为会对后续的发展有重大影响。[1]我们可以很肯定地预测，在大卫能够带着自信走上一条令人满意的职业道路之前，他必须学会接受与他早期想要做出重要贡献的想法相伴随的一些矛盾冲突。最糟糕的情况是，负面的关联产生了滚雪球的效应，在整个人生中都有增无减，体积和动能越来越大。一个延缓实现的梦想被看成是个人的失败，然后又归结为是自身的能力不足，而这一点又成为延迟接受或拒绝其他梦想的理由，这样一来就陷入了绝望和自我打击的循环。这也是为什么支持年轻人早期的努力如此重要的原因。从长远来看，鼓励年轻人做一些尝试，能够将他们引向富有成效和满足感的方向上，是非常有必要的。

对当今很多年轻人来说，第一个具有持久影响力的（尽管注意到这点的人少得出奇）努力尝试就是申请大学。大学的申请通常是学生面临的第一个比较正式的机会，他们必须要向那些高度受到尊敬的机构呈现他们的计划、目标以及过往的成就，由这些学校来评判是接收还是拒绝他们。学生们完成“申请”这项任务的方式，就为将来其他一些个人展示类的行动定了一个基调。他们在整个人生中，面对进一步的对他们的评估，在表达自己的时候会展现出自信吗？当他们在汇报自己过往的成就时，能学会真实地展现出自己最好的一面吗？还是会夸大、扭曲甚至捏造事实？

大学申请这件事直接引出的问题有：学生们会很开放地表达他们对于大学教育的期待吗？还是他们只是试图猜测出作为校方想听什么？或者我

想用最直接的方式问，他们会自己写申请书吗？

现在很多的大学申请书很大程度上都是父母笔下的产物，这已经是公开的秘密了，如果忽视了这点的话，未免显得有些天真。学生们在目标和意向陈述中的自我展现，通常都不够真诚，这还算好的，最糟糕的是还有不诚实的。近些年我也跟一些知名大学的管理部门探讨过这个问题，凭着记忆，我几乎可以背得出来学生和他们的“家长编辑”写出来的，想要努力讨好校方管理者的台词：“我想要改变世界；承担更多挑战；志向高远；追随我内心的热情；学习一切东西来了解我所选择的这个领域；在学校里及校外都积极为我所在的社群做出贡献；致力于改善人类的境况”。如果这些是学生发自内心所述，那的确可以称得上是相当不错的自我实现的态度。但对大多数学生来说，用这样的一些措辞来一行行地填写大学申请书，无异于在担任剧本“编剧”和“导演”的父母的监视下，所做的毫无意义的编造和伪装。

这有什么不对吗？从另一方面来说，这确实表露了父母对孩子的关心和爱。此外，来自父母的任何帮助也都给了孩子一个机会去学习到借由父母更丰富的经验所总结出来的一些有价值的实践技巧。再说，每一个学生不也都有权利去争取他们可以获得的最好的机会吗？父母为什么就不能不惜一切代价去帮助子女进入他们可能进入的最有名望的大学呢？父母有很多好的理由在任何情况下为子女提供指引和帮助，包括申请大学。

然而，任何一种以父母的努力取代子女的努力，而不是支持子女自己去努力的做法，都会产生诸多意外的结果。从道德层面来看，这是不诚实的行为，故意和孩子一起参与到不诚实的行为当中，会传递给孩子有

关“事实真相”的一种错误的讯息；从实际的角度来说，“找到跟自己相匹配的大学”对于学生最终的幸福感，是远比挤进一所最有声望的大学更关键的。[2]掩盖事实（如孩子真正的成就、目标和兴趣）是会适得其反，因为“搪塞”本身会阻碍人们找到适合自己的匹配对象。很多学生被他们追逐地位的父母所驱使，硬是挤进了本不属于他们的地方，在有了一些失败经历之后才发现，他们的兴趣和潜能在其他地方可以得到更好的肯定和发挥。他们可能接下来就会中断他们的学业，寻求另外的专业发展，这里面就产生了不必要的时间浪费和伴随的风险。这些也是各地的教育工作者所共同担忧的。

[1] For an extended discussion of first causes and subsequent snowballing effects in youth development，see William Damon，Social and Personality Development：Infancy Through Adolescence（New York：W.W.Norton，1983）.

[2] See William Damon，The Moral Child（New York：Free Press，1992）.

深挖这口井：父母的指引

当下的年轻人跟上一代的年轻人比起来，有个很好的改变是：他们跟父母和其他成人的沟通更加紧密和热切了。现在经常可以听到婴儿潮一代的父母谈起（困惑和喜悦感掺杂在一起），说孩子们会很频繁、很详细地跟他们沟通最为私密和严肃的问题，实际上是想从父母这里寻求建议。很多和我差不多年龄的成年人会说，“我如果要做一个决定的话，最不愿意去问的人就是我的父母，但我的孩子居然看起来会很希望得到我的建议”。

正如任何一种社会变革都会伴随着各种说法和解释。我的一位商界朋友认为，这纯粹是因手机的功能和便宜的长途通话费而造成的现象。一项社会学研究发现，总体上来说，现在的人们跟自己家人的距离更近了，而跟邻居比较疏远，也就意味着我们只与家庭的核心成员（比如父母）讨论重要问题的可能性越来越大。根据这项研究，“整体的景象就是：一个紧密连接的、闭合的、同类的集合自身慢慢地在聚拢，变得越来越小，相互的连接更为紧密，更聚焦于核心家庭（夫妻、父母和男女朋友）的强健联系”。[1]这就带来了让人喜闻乐见的好处：父母和子女之间的沟通变得更加密切和频繁了。

这样的沟通使得父母有更多的机会以有力的方式影响他们的子女。但我们并不是总能利用好这些机会。做父母的可能并不知道如何借由和子女之间的亲密沟通，为子女们提供他们认为有建设性和意义感的指引。因此，年轻人所接收到的关于他们人生终极问题（例如他们可能想要去达成

的目标，他们觉得有意义的未来的方向，他们值得为之奋斗的事业以及他们为什么而存在）的指引，通常里面都缺少对于更远大的目标的指引。类似这种情况，如同在上文家长给我写的电子邮件里面所举的那个女孩儿的例子，年轻人可能会觉得父母给的这个建议是让人感觉不太舒服的自私自利的想法，也提不起什么兴趣。最后很可能他们并没有从父母那里获得鼓励和希望，而是带着沮丧和压力感离开。

年轻人珍惜有经验的、关心他们且比他们更了解这个世界的成人给他们的指引，但这个指引必须是围绕年轻人最高远的志向展开的，这样才是对他们最有帮助并且受他们欢迎的。这并不是说要迁就年轻人的一些不切实际的幻想（比如要“控制宇宙”）。年轻人并不希望大人们把困难的现实遮蔽起来不让他们看到，他们希望学会面对这些现实，同时知道如何实现自己的梦想。告诉他们要实现远大的抱负，实际必须要经历的几个阶段，这才是最有教育意义的。

问题是，很多年轻人并没有得到那些既尊重他们深层的目标，同时又能给他们一些具有建设性和实际意义的指引。通常他们从身边很重要的成人那里听到的是“可怕的警告”，以及“在竞争中取胜的计谋”。在这种情况下，年轻人就没办法学到追寻目标的切实可行的方式，反而会认为他们自己的目标是不现实的，也没有看到任何可以鼓舞他们的其他选择。实际上，我们是可以做得更好的。无论是在家里，还是在我们的社区，我们都可以帮助年轻人以更加实际的方式更有效地追寻他们最高远的志向。在下一章，会给家长、孩子以及身边所有的成年人一些关于如何培养孩子对目标感发掘的具体指导。

[1] M.McPherson，L.Smith-Lovin，and M.Brashers，“Social Isolation in America：Changes in core discussion networks over two decades，”American Sociological Review，71（2006），p.371.

第6章　目标感培育

“是不是有些孩子天生就有目标感？还是说每个人都需要去学习？”

“父母能做些什么来帮助孩子获得目标感呢？”

“我要怎么跟孩子谈论关于人生目标，才不会流于说教或令人厌烦？”

以上这些是我跟家长们讨论关于年轻人目标感研究时，经常听到的一些问题。我不会称自己知道关于养育孩子问题的所有答案，事实上，我倾向于把自己描述成是有着三个青少年子女的“挺过困难者”，在享受为人父母的快乐的同时，我也经常会有完全不知所措的时候。但我相信在这本书里面所谈到的调查结果，会在关于“培养孩子目标感”的一些至关重要的问题上为家长们提供重要的指引。在第1章和第3章中所列举的一些年轻人深陷麻烦的例子，以及第4章对于具有高目标感的年轻人的介绍，会揭示出一些重要的结论。

在此，我并不是想要提供一套整体的培育指南，而是想强调若干非常具体的方式方法，可供家长们在培育孩子的目标感这件特定的事情上能有效地加以使用。我所描述的方法是需要父母高度参与其中的，有赖于父母经常性地与子女分享他们的人生观和价值观，并能够仔细倾听子女对于他们兴趣的表达，通过各种方式来支持他们的兴趣。最近出现大量关于“直升机父母”的报道，但正如我之前对此所做的评论，关于父母的这个问题以及与此类似的对于父母过度参与的批评，都忽视了一个关键点，那就是父母应该是关心孩子，并投入到孩子的生活中的，关键是他们不能变得控

制欲很强。

养儿育女这件事已经被忽左忽右的风潮搞得东摇西摆。过一段时间，旧有的做法不但过时了，甚至还显得有些愚蠢。在20世纪初期美国历史上的“进步时期”，在新兴的心理学的支持下，开启了人们对孩子思想和情感的新的关注。也因此，传统守旧式的想法——“大人在说话，小孩儿别插嘴”，逐渐转变为另一种教条主义——“以儿童为中心”。这个教条主义在整个世纪余下的时间都主导着教养孩子的做法，甚至它还借用一位有影响力的作者的话，建议父母要时刻“把孩子放在第一位”：认真倾听他们的渴望，尊重他们的想法，当他们遭遇挫折的时候要帮他们解围，尽可能增强他们的自尊心。[1]跟之前漠然的、严厉的教养方式比起来，这种更为善意和温和的方式无疑被认为是一种进步。

但到了20世纪末期出现了反对的声音，因为在那时候，过于以孩子为中心、纵容他们的教养方式被视为有些溺爱。在报纸上刊登了青少年犯罪率急剧攀升的报道之后，不安的家长们相互间谈论着隔壁邻居的小孩儿粗鲁无礼的行为，还有在拥挤的飞机上以及一些公共场所的糟糕行为。一些跟这个主题相关的书开始出现在家庭教育类的书架上，比如《我说了算》（Because I Said So）《宠坏了》（Spoiled Rotten）《不！》（No），以及我写的一本《更大的期望》（Greater Expectations）。一度被认为是陈旧的一些教育观念，如纪律、家长的权威、行为准则等重新获得了青睐。

基于对新环境的适应，以及对错误导向的纠偏这方面来说，社会趋势的这种变化是健康的、良性的。20世纪早期“以孩子为中心”的那场革命，

使得我们对待孩子的方式有了很多方面的进步，包括从禁用童工到改善亲子之间的沟通。同样的，当代的“SYTN”（Say Yes to No）这样一个教育项目（包括社区活动，即围绕这个活动，一些家长被组织起来）[2]可以看作为了矫正孩子们开始形成的观念——“无论做什么，也不管这些行为是否扰乱他人、不合时宜，都必然是值得颂扬的”所做的努力。

我们必须时刻保持警惕。当新一轮的潮流来到，它自身就会带着一些曲解和盲点，这是需要加以防范和迅速抵制的。我们往往长久都无法认识到新潮流所附带的不良后果。我们的社会经过了太长的时间才认识到，改革论者对儿童心理安全和健康的良善关注，已经逐渐造成了对孩子基本道德准则和行为规范的削弱。这一“认识上的延迟”的受害者到现在还经常出现在媒体的头版头条。现在，风格更为强势的教养方针重新流行起来。但这个变化也不可避免地伴随着新的风险，我们必须不断检视关于“年轻人需要什么”的最广泛被认同的假设，以避免陷入任何一个潮流的故步自封，无论这个潮流看起来多么合乎情理，都有它自己的短板。

无论我还是其他人写到的关于“自律”的好处，有一件事情是显而易见的：作为教养孩子的指引来说，仅仅对孩子提出的需求说“不”是不足够的。至于说“标准”，我在本书的第1章提到过，“认为年轻人会一直这么茁壮成长下去”的想法是错误的，除非他们在自己想要努力达到的标准中发现了个人意义。

任何关于教养孩子的详细指南里面，都已经说明了一些注意事项，我非常坚信的一个观点是，在这样一个经济、文化、社会的不确定性越来越高的世界，当前最紧迫的事情是帮助孩子们获得有益的方向感，使得他们

能够跨越雷区——威胁他们这一代人的漂浮、迷茫、冷漠、焦虑、恐慌以及自我沉溺。我还很坚信，找到方向感的关键，是发现人生的目标。然而，父母没办法很简单地赋予子女一个人生目标，实际上，任何“太过于强势”和“控制性”的做法往往适得其反。尽管如此，作为父母，可以做的事情还是很多的。

所有的父母都有丰富的人生阅历和一定程度的智慧，毫无疑问，子女可以从中获益，关键问题是父母在引导孩子走向真正属于他自己的目标时，用的是什么样的方式方法，一定不要控制欲太强，或过于武断。很多研究表明，孩子对于父母的说教或者是命令通常是听不进去的，特别是在寻找真实的目标感方面，是极具个人化色彩的。孩子必须有一种感觉，在探寻人生目标的道路上，是自己做出来的选择，父母是不能代替他们选择的。

父母应该做的，是把孩子引向前景看好的一些选择上，帮助孩子做筛选，思考孩子的天赋潜能以及兴趣是如何与周围世界所提供的机会和需求相匹配的。父母可以支持孩子依靠自己的努力去探索有目标感的人生方向，并开放更多潜在的、可供发现和探索有关目标的可能性的资源。这里面更多是扮演支持的角色，而非领导的角色，因为这场剧的中心舞台是属于子女的。尽管父母所能提供的最有效的帮助都是间接而非直接的，但也会是非常有价值的。

我也经常听到一些父母这么问自己，我真正能做的有多少？

[1] Penelope Leach，Children First：What Society Must Do—and Is Not Doing—for Children Today（New York：Vintage Books，1995）.

[2] The“Say Yes to No”Coalition，founded in Minnesota by psychologist David Walshsee J.Zaslow，“The Entitlement Epidemic，”Wall Street Journal，July 19，2007，p.D1.

一些孩子是否天生就比其他人更有目标感

最近几年，人类发展科学已经发现了越来越多孩子与生俱来的能力和特质。从对新生婴儿行为的研究中，我们得知，所有健康的孩子都有同理心能力、对于“照顾他的人”的依恋、语言学习能力，以及很多其他的亲社会行为。我们也知道婴儿在出生的时候是存在个性化差异的，其中的一些差异性就会影响到他们未来个性的发展。有的孩子生来比其他一些孩子更加好动；一些孩子长大后的个性会比较害羞；另外一些孩子则更善于交际；还有些孩子天生就有不寻常的身体运动技巧，田径场或音乐演奏厅也许是他们发挥的舞台。随着我们对大脑、行为和遗传基因的研究和了解越来越多，我们一定能够发现更多的可以归因于生物遗传的人的天生倾向。

当然我确信，我们永远也无法从中找到有关“目标”的基因。那么为了找到目标，孩子们必须要调查和审视一下周围的世界，看看他们可以从哪里入手贡献自己的力量，以及该怎么做。他们必须对自己有深刻的了解，知道他们的天赋潜能和兴趣与现实中哪些合适的工作相匹配。这也就意味着他们必须要对自我，以及他们所成长的这个环境（可能与父母成长的环境有所不同）都有深刻的理解，他们必须要树立长期的目标，让他们的世界有所不同，还必须要学会制定现实的计划来达成目标。所有这些都是创造性的工作，靠的是孩子们对自我倾向性的觉察（如果先天就五音不全，那就不要去奢望做歌剧独唱演员了），而这只是寻找目标的开始。将下来更核心的部分在于评估，评估自己内心深处的信仰和渴望可以如何跟识别出来的周围世界的需求做匹配。为了做出这个决定，每个孩子都必须要观察、做尝试，并反思他所看到的东西背后的意义。很多人都会觉得这是件

很难的事情，但每个孩子都可以做到。这个时候，正是父母可以参与进来帮助他们的时候。

我所主张的关于培育孩子目标感的根本方法就是这个核心准则：我们对年轻人做的每一件事都很重要。尽管没有办法去预测（或控制）我们什么时候说的或做的能被他们领会，但孩子们都是敏锐的听众和观察者，他们迟早会意识到的。再有就是，无论我们忽略了该说什么，或是选择压根不说，都有其价值所在，同样我们可能也没办法总是能直接地进行控制、预测或觉察。

举个例子，我相信很多人都能回忆起自己年轻时候所听到的那些建议，而且印象持久。在我读高一的时候，一名叫作约翰·豪威尔的脾气暴躁的老教师因我完成的作业太过马虎，且只完成了一半（都是由于我自己的懒惰造成的），狠狠训斥了我一顿。我当时的借口是（必须考虑到合理性）：我并没有意识到这个作业这么重要。豪威尔先生非常严肃地凝视着我说："戴蒙先生，你在这个世界上所做的每件事情都不是无关紧要的。"

我并不是说豪威尔先生说的话立即改变了我的生活，或当时就给了我很深刻的启示。但"每件事情都不是无关紧要的"这个说法的确被我领悟到了，后来通过这些年我接触到的其他一些智慧之语，以及我个人的一些经历和观察，更加强化了我对这句话的领悟。这个老师那次跟我讲的话改变了我思考生活的方式，并且像一个试金石一样，直到几十年后的今天。

我已经数不清有多少次听到父母在抱怨孩子不听他们的话，或者表达了他们对于是否能够真正影响到孩子做出的选择失去了信心。每当我听到这些话，我都会说，我非常愿意跟你打赌，你的孩子最终一定会在他的价

值观和行为方式上反映出你对他的影响，尽管我不能确切地说明是在什么时间和以怎样的方式发生。虽然没人跟我打这个赌（可能是因为赌注没有办法很具体，显得赢面不大），但看上去还是没能让人们对于他们潜在的、养育孩子方面的能量感到安心。

父母在影响孩子方面缺乏自信，我认为其中一个原因是，我们总是太快地想要看到结果。而父母的影响需要经历很长的一段时间之后其作用才能显现，可能在孩子长大离开家之后才能表现得更加明显。父母带给孩子的影响往往是“深”而非“广”的：孩子会在所有的事情上面做出自己的决定，从发型选择到政治倾向，但从长远来看，他们做出的选择是能够反映出他们基本的价值观的，这些基本的价值观正是他们从跟父母相处和互动的过程中获得的。

鉴于此，对于父母来说，需要意识到的一个最重要的事情就是——他们不需要试图直接为子女创建一个人生目标。父母无法帮助孩子完成识别目标的任务，也不能在孩子个性的选择、为他编写人生剧本方面帮助他们。但父母能做的是，给他们创造更多的机会接触到更多的选择，引导孩子从个人价值和社会价值层面去思考这些选择，以及引导他们思考如何为追寻人生目标制订切实可行的计划。当孩子做出选择之后，父母在支持孩子的这个选择上面能够做的事情可以说是无穷尽的。

一个重要的附加条款是，万一父母确实发现了子女的选择已经被导向错误的方向，照这样下去可能会对他们自己或他人造成伤害时，就必须拒绝再给予支持。不要让孩子走上不良之路，这也是十分重要的。

关于养育孩子这一复杂性任务大概的要点，大家心里面都有底了，那

么更具体来说，父母在培养孩子对人生目标感的发现上，如何可以做到卓有成效呢？

贴近倾听“火花”，然后“点火”

明尼苏达州“搜寻研究院”（美国最重要的青少年发展社区组织）的院长彼得·班森（Peter Benson）曾经令人信服地说过，无论孩子们在谈论每天生活的时候显得多么无动于衷，但其实，每一个孩子都有一个兴趣的“火花”，可能隐藏在某个地方。[1]没有哪个角色比父母更适合鼓励孩子明确地表达出这个兴趣，并且在这个兴趣上尝试开展一些行动。

父母对自己孩子的了解至少跟其他人的了解是平齐的，但即使这样，他们对于孩子通常深藏在心中的梦想、志向以及很高的期望可能是不知道太多的。一谈到未来的计划，几乎都是父母在讲，他们会习惯性地讲个不停。为了看清楚孩子内心深处的渴望，父母需要练习沟通的艺术，学会问一些好的问题，并能够耐心倾听孩子的回答。

关于“目标”，我们的调研所用到的访谈表（包括这本书的附录）里面有很多的好问题，完全可以唤起孩子在这上面的思考。比如，对你来说，人生中最重要的事情是什么？为什么你这么在乎这些事情呢？你有什么长期的目标吗？……为什么这些目标对你如此重要？你认为好的生活意味着什么？做一个好人又意味着什么呢？……如果有一天回顾你的人生，你最希望自己如何被他人记住？这些问题也许很基本，但在父母和子女的对话中却是很少被问到的。

以这些问题为中心的对话，会触发孩子内心深处的思考，让他产生一些有目标感的想法和行动。这个对话也会为父母打开一扇窗户，让他们看到孩子私密的愿望和梦想，在如何给予孩子合适的支持这个问题上，给父

母提供了丰富的洞见。

在这些洞见当中，非常重要的一点是，要对孩子当下处在寻求目标的哪个阶段有一个很好的理解。回想一下在第3章我对年轻人群体的分类描述：疏离者、空想家、浅尝辄止者和有目标感的人。仔细倾听孩子对上述这些问题的答复，可以很好地体现出孩子当前的趋向。这个孩子是否是无目标感的？除了一些没有计划性的、一阵一阵的冲动行为，是缺乏持续性的目标或长期计划的？还是这个孩子已经在尝试一些有潜在目标感的活动，但还没能抓到这些活动背后的意义，也还没有找到好的理由投入进去？抑或孩子只是在憧憬着一些宏伟的目标，但还没有实际的行动去达成？又或者孩子已经有了目标感，并有了一个清晰的目标，这个目标是可以体现孩子所认为的值得为之奋斗的终极关切的？

搞清楚孩子当前所处的阶段，还有多远的路要走，是我们知道自己该如何提供帮助的第一步。利用跟孩子对话的机会是很重要的，这样的对话要能帮助孩子表达出自己的兴趣，以及让他体会和认识到该如何追寻这个兴趣。通常，这样的对话机会是在让人最意想不到的时候出现，让人感到惊讶。这就是为什么专心倾听显得至关重要。

那么有效的亲子对话是什么样子呢？父母如何能够让孩子打开心扉？这里举一个例子（诸多可能的场景中的一种），是关于一个家长（以下斜体字的部分）如何跟在学校度过了平淡的一天，显得极不情愿的女儿沟通“目标”这件事的。这个例子是我从他们真实对话的录音当中摘出来的。

今天在学校过得怎么样？

-我不知道，就那样吧。

就没有什么有趣的事儿吗？

-真没有。

听起来好像你会觉得在学校里待着是浪费时间？

-也还好，我觉得还是学了点儿东西。

你学的哪些东西在你看来是比较重要的？

-生物很重要。

为什么生物很重要？

-我们上周看了一个电影，讲的是关于动物和环境污染。

动物和环境污染？

-对，很多动物都因为环境污染濒临死亡，还有一些人因此而得病，一些工厂还在往水里排污。

哦，我了解了。那你对此有过一些思考吗？

-嗯，算是有吧。

为什么你把这事儿看得这么要紧？

-你知道我从小就很喜欢动物，当我们养了查理（一只宠物）之后，我就开始很关心小动物了呀。

当然，我知道的。那有没有什么是你觉得可能有兴趣学得更多的？

-你是说动物吗？

嗯，比如它们是如何受污染影响的，也许能在这方面做点儿什么。

-我也想在这上面做点什么。

想做点什么呢？有没有什么想法？

-听说在阿拉斯加有一个环境洁净项目，救了那里所有的狼群呢，听上去还挺好的。

如果你一直对这件事情有兴趣的话，有很多方式可以进一步学习和了解，甚至将来可以找一个这方面的工作。

-我估计这里面要学习很多科学知识。

很可能是需要的。你的数学和科学一直都学得不错呢。

-还可以吧。我知道现在很多工作都需要用到数学和

科学。

有一个专业领域叫环境科学，等你上了大学可以学这个。

-是的，我已经开始对做一些跟环境相关的事情感兴趣了，或许动物医学方面的也可以。

这些职业方向都不错，他们现在也需要很多优秀的人才加入他们。

-这也是我在上大学的时候想要去仔细看一下的，看看这些领域都有哪些事情可以做。

听起来你将来都会跟动物做朋友的，无论以哪种方式。

-嗯，我想将来或者是照顾那些已经生病的动物，或者是在一开始的源头处预防它们生病。

有道理。如果你愿意的话，就时刻记得你说过的这些话，或许你可以申请一份暑期工作，看看做这类事情的真实情况是怎么样的。

-好的，我会问一下亨利先生（她的科学老师）。

嗯，我们也会帮你问问周围的人。

在这个对话当中，这位家长有点儿像是苏格拉底式的教练，把孩子隐藏的兴趣引出来，并帮助孩子在他想象当中已经闪现出来的各种问题之间做连接。当家长用这样的方式鼓励孩子思考她在学校里面发现的感觉有趣的东西时，也就是帮助孩子获得对潜在“火花”的觉察，这个“火花”可以变为一个持久的关注点。这个时候就需要家长为孩子提供一些信息，帮助孩子把这个“关注点”转化为更加正式的承诺，甚至可能是职业发展路径（如果孩子也是这么选择的话）。这个对话当中很重要的一方面是，家长在基于孩子自己的兴趣和天赋引导她对各种可能性的探索时，所采取的“柔和”的对话方式。这个孩子无论是在对话开始所说的“生物很重要”，还是在后面说到“嗯，我想将来或者是照顾那些已经生病的动物，或者是在一开始的源头处预防它们生病”，都是把自己的想法做了有意义的说明，也展现出她脑海当中对这个主题的高品质的思考。家长并没有“告诉”孩子要思

考什么，而是在“引导”孩子方面起到了帮助作用，引导孩子去思考追寻她所表达出来的“根本兴趣”可能的一些做法。

当然，年轻人表达他们兴趣的方式并不总是容易被父母理解的。一开始表达目标时所发出来的声音通常是试探性的、微弱的，年轻人可能还没有完全领悟到她有一个正在发展中的兴趣，这个兴趣可能会逐步进化为目标之源。因为不确定父母会有怎样的反应，年轻人通常还会非常谨慎地表达他们的兴趣。要接收到这些早期的信号，会是一个挑战，过程中可能会产生挫折感以及做错了的感觉。

每一位父母在一开始应该有的认知是：“目标”发出的第一个芽，有点像我们在院子里播种的草的种子，只有其中一些会开花结果，但我们完全不知道是哪些。幸运的是，只需要很小一部分的种子慢慢长大，就能长成一片繁茂的草坪。应用到对年轻人目标的培养上：对于所有年轻人带回家里的新想法，父母都应该带着兴致倾听，并和子女一起想象和探索有什么样的可能性去发展这些想法。

当孩子在考虑一些新想法的时候，父母并不总是习惯于做一个好的听众，我们习惯对任何一个主题发表观点（无论孩子是否在征求我们的建议），而且往往我们准备给出的建议，是建立在自己的经验之上的。认真倾听孩子，投入到真诚的双向（或者三方，如果父母亲都参与的话）对话中，是比说教更难的，但从好的方面来说，我并不认为很多家长真的很喜欢一直不停地说教。

[1] Peter Benson，Sparks：How Parents Can Ignite the Hidden Strengths of Teenagers（San Francisco：Jossey-Bass，2008）.

利用平常的机会展开对话

在重要的事情和问题上，我们有多少次问过年轻人他们的意见？例如，当我们和他们一起看电视的时候，我们有多少次问过他们对新闻报道的看法，或是对一部电影、对让人感觉不安的剧情的看法？征求他们的意见是一种很好的方式，可以帮助我们养成倾听的习惯。在孩子刚开始发现目标的时候，倾听习惯的养成能够帮助家长做好准备，倾听到这些可能的“目标”早期所发出来的微弱信号。

家长最好能够看仔细，不漏掉任何一个孩子自然发出的“闪烁着的微光”，但是并不需要家长就端坐在那里，等待孩子把一个闪闪发光的新想法带回家的那一刻。他们可以利用日常家庭生活的时机，触发跟孩子之间就“目标”进行对话的机会。无论是生日、假日，还是过渡期（如新学年的伊始，或父母换工作时），都可以为探讨日常生活背后更深层的意义提供丰富的素材。

需要再次强调的是，为了取得更好的效果，父母应该确保这些对话是双向或三方（甚至是多方）的对话，而不仅仅是简单的由父母主导的冗长的“独白”。在这些对话当中，父母必须学会做一个好的倾听者，而且还要是一个好的访谈者，通过追问让孩子详细说明自己的观点，频繁地问“为什么”，并且鼓励孩子对于他们认为值得关注的和有兴趣做的事情去做更深层的思考。当我们唤起了孩子对于他们所发现的有意义的事情的一些萌芽的想法时，我们就能够更好地听到他们关于目标的一些低声细语。通过这种方式，就为我们进一步的探索提供了可培育的条件。我们可以在他们

自己的地盘上，在他们兴趣产生的地方（比如学校或其他地方）展开这样的对话，也可以在我们成年人的地盘上（比如在家庭晚餐、短途旅游以及假期聚会的时候）展开这样的对话。

在美国传统的节日里，感恩节是特别有潜在的可能性来做这件事情的。但遗憾的是，这里面潜在的可能性被极大地浪费了，我们经常借这个假日大吃大喝，然后在大餐之后微醺的状态下看着电视体育节目。感恩节对于亲朋好友来说是聚在一起、表达感激的相对固定的机会。在诸多有价值的心理学功能当中，“感恩”打开了一扇看到目标的窗户，因为它帮助我们识别出生命中特别重要的事情。[1]当我们在表达感恩的时候，也增进了自己对于人生中最有价值的东西的觉察，然后跟身边的其他人沟通了这个觉察。借由感恩，不仅触发了我们对自己享有的福气以更多的感激，而且触发了一种想要把这份福气带给更多人的愿望——这就是目标的核心与灵魂。因为感恩节是国家性的一个“世俗”（非宗教）的节日，除了一些紧急待命的工作者（内在有着崇高的目标）之外，所有人都可以自由地跟家人和朋友相聚，认真思索感恩、意义和目标的本质。很难想象有比感恩节更理想的“教育时机”，借此机会，能够让年轻人的个性品质得到发展。

然而，让人不可思议的是，想要把这个感恩节的家庭日转变为这种能发人深省时机，难度不是一般得大。我之前写过这方面的东西，当我出去做演讲的时候，经常会抱怨这种现象，所以在这里就不再详述这个问题了。[2]但我还是要说，根据过往的记录，我看到过很多家长用心良苦、精心准备，企图让他们孩子清楚地表达感谢，却因孩子饿得不耐烦以及家长想要通过满足他们的食欲让他们快速安静下来而搁浅了（相信我，这些还是被家里养得很好的小孩儿，即便为表达感恩，需要他们推迟很长时间才

吃上晚餐，也丝毫不会造成他们的营养不良）。

幸好，还是有方法可以挽救这种情况，逆着过分纵容的文化潮流而上的。这就是父母需要发挥创意的时候了。在几年前，我参加过一个感恩节的晚餐聚会，这个母亲因之前想要跟孩子探讨感恩的话题未能成功而感觉很挫败，接着，她要她的孩子们和客人们写有关感恩的“俳句”（日本古典短诗）。这个要求很有趣，也很有难度，写俳句只能由17个字音组成。事实证明这位母亲的灵光乍现果然效果很棒。很多家长可能会担心他们的孩子不会理会这种穷追不舍的追问（没错，通常他们是不予理会的），但是可以逐步借着一些机会来开启对话，经过一段时间之后，越来越多有价值的洞见就会被搜集起来，而且一些有价值的内容也会传递给孩子。

[1] See Robert Emmons，Thanks：The Psychology of Gratitude（New York：HarperCollins，2007）.

[2] See Damon，Greater Expectations.

开放并支持地看待孩子兴趣的火花

当孩子追寻的目标在家长看来有些难理解的时候，要“拥抱孩子的兴趣”，可能还是会让家长有一点儿不爽的感觉。在一个案例当中，我曾经看到过父母两个人都是非常有名的科学家，而他们的女儿却决定要成为时装设计师。应该说，除非是消极的、反社会的目的，否则父母支持孩子自己的选择才是最明智的，并且还需要对孩子表达出来对于孩子想要尝试做的事情的信心。这不仅能够提升孩子在这个特定的努力上面成功的机会，而且从长远来看，还能够传递出一种乐观的、愿意尝试并且期望成功的态度。

一个我认识了多年的家庭，花了一个月待在农场，跟牲畜相处。他们家里有个11岁的女孩儿，名叫海瑟，照顾着农场里的这些动物。有一天，海瑟表达了让大人惊讶的关联性思考：无论她是吃汉堡，还是羊排，这些肉都是从和她照顾的这些动物类似的动物身上来的。于是海瑟对素食主义产生了浓厚的兴趣，先是学习了一些理论，然后就开始素食主义的实践。她阅读了所有手边能找到的关于“如何以及为什么不要食用肉食和海鲜”的资料，然后就严格地坚持在家里和学校吃素食。

起初，海瑟的父母（坚定的肉食主义者）并不认为专门给海瑟准备特别的食物是件很有意思的事，但是他们被她的决心打动了，对于她自学了那么多营养学的知识感到惊讶不已。于是他们鼓励海瑟到图书馆去研读一下素食主义者的饮食习惯，并且详细地提问她发现了什么。这么多年来，他们忍耐了海瑟的饮食选择，只是坚持她的饮食计划里面必须要能够提供

足够的蛋白质和其他营养元素，以供得上她成长的需要。海瑟把她的兴趣延伸到学业上，她学习了生物学中营养是如何被吸收的过程，并就此课题展开了科学研究项目，还在社会研究的课程里面写了关于文化饮食习惯的论文。这个对海瑟来说是有吸引力的兴趣，也为她在大学里面选择生物学为专业铺平了道路。后来她拿到了公共健康的硕士学位，在环境医学领域走上了前景看好的职业道路。在整个过程当中的某个时点上，海瑟放下了对素食主义的执着（她现在只是拒绝吃红肉），但对于健康的饮食习惯、环境可持续的食物生产，以及对动物善良的关怀的满腔热情，还贯穿在她每天日常的努力中，并给她所选择的工作和生活带来了意义和动力。

海瑟的父母可能永远也不会想到她早期对于素食主义的兴趣会把她带向哪里。他们确实认识到一些值得关注的事情在发生：对于我们如何生活在这个世界的好奇心，在对科学和哲学的兴趣上所迸发的新的火花，对于她自身之外让她感到不安的事情所涌现出来的关注。海瑟对发现新东西的专注和投入以及急速增长的知识引发了他们极大的好奇心，他们很明智地选择了鼓励这些行为，哪怕她探索的领域根本不在他们关注的范围内，或者他们根本不熟悉。事实证明，素食主义本身并没有注定成为海瑟最终的人生目标，它只是早期小草发的一些小芽之一，寿命是有限的。但是它为生命力更加顽强的一簇小芽的生长奠定了基础，继承了它的很多优良品质。如今，海瑟已经成为一位有着清晰方向感并且非常专注的年轻女性，是她的目标——成为一名营养学家和环境医学专业人士——塑造了今天的她。

当出现一些特别的机会，使得目标可以很自然地从孩子的行为当中被引导出来时，父母应该立即抓住这些机会，表现出开放的态度，给予任何

他们所能给予的支持（当然不要过于强求）。给予孩子自由的空间，让他的兴趣顺其自然地发展，哪怕某个兴趣注定会越来越弱直至消失。父母永远都不知道哪一些草的种子最终会深深地扎根下来。

传递你从工作中获得的目标感和意义

父母应该跟孩子分享他们自己的目标和目标感。遗憾的是，他们很少能抽出时间做这件事。在一天辛苦的工作之后，人们可能会很自然地抱怨自己的工作，而不是去谈论他所发现的这份工作有意义的地方在哪里。其实，在家里面很频繁地谈论父母所从事的工作的最高目标，无论对于父母本人，还是对于孩子教育来说都是很有好处的。这应该成为父母跟孩子每一次谈论关于工作和职业话题时的一个标准。

父母很可能从他们的工作当中（至少是某些方面）找到目标。例如没有在外工作的父母，可能在家庭责任当中找到了目标感。在美国，绝大多数的工作者都认为他们的工作从某种程度上来说是有意义的，可能因为帮助了他人，可能因对社会有所贡献，可能因为工作是他们表达自我和实现个人成长的方式，还有可能是因为能够赚钱养家。[1]对于多数人来说，工作都是获得自豪感和目标感的源头。但是父母又有多少次把这种自豪感和目标感跟他们的孩子沟通过呢？虽然我不知道关于这个问题的正式的实证研究是怎样，但就我自己的观察来推测，答案是几乎没有。反而孩子经常听到的是一些抱怨：工作又出了什么状况，或是假期即将来临时的那种高兴和放松。

现代工作自身的复杂性，使得它的意义对于只是从表面上看到父母的一些行为的孩子来说，显得更加模糊不清。正如专栏作家贾里德·桑德伯格（Jared Sandberg）最近在《华尔街日报》所指出的，现在的职场人士更多地把时间花在了打电话或玩电脑上，而很少花时间去做一些能够让孩子

领会和欣赏的可触碰的有形之物。留给孩子的印象就是，父母的工作唯一有价值的地方就在于父亲或母亲带回家里的那份薪水。桑德伯格引用著名的家庭研究学者史蒂芬妮·孔茨（Stephanie Coontz）的话，“富裕阶层和中产阶级家庭的父母所面对的一个问题是，跟孩子解释他们所做的事情的价值所在，而不只是给他们传递一种权利感。”[2]如果孩子只是看到工作的物质报酬，他们是无法理解工作是如何服务于社会需求，并满足我们个人的目标感。对于工作更深层的意义模糊不清，就会滋生孩子的淡漠和愤世嫉俗。对于工作对社会和个人的重要性缺乏正面的理解，孩子获取的认知就会是：工作只不过是令人不快而又不可避免的一种负担。人的心理和自然界一样，不存在真空。

或许家长会觉得在孩子面前表达他们工作的崇高目标会显得有点儿傻。可能他们觉得很难跟这些对复杂组织几乎没有任何了解的孩子们解释他们每天在做什么，以及为什么。

但是为了自己的孩子（如积极心理学运动教我们的那样，也是为了家长自己），家长还是要费一些心思去跟孩子谈论他们工作的价值。对于孩子来说，听父母讲述为什么他们认为自己每天的努力工作很重要，这是非常激励和鼓舞人心的，同时也是很受教益的：他们没想到自己的父母真的会因对这个世界的贡献而感到骄傲。孩子们甚至也还没有认识到他们自己的健康成长对于父母来说是满足感的来源，从非常现实的意义来说，这是家庭主妇工作的重心。如果想要让孩子在他们所能理解的范围内理解工作的这种自豪感，就必须通过生动的细节性描绘来和他们表达并进行探讨。这就需要父母敞开心扉，表达自己对于人生目标的真实感受。能够向孩子吐露这些心声的家长，也会成为孩子心中非常有魅力的模范榜样。

[1] Colby，Sippola，and Phelps，“Social Responsibility and Paid Work，”in Rossi，ed.，Caring and Doing for Others：Social Responsibility in the Domains of Family，Work，and Community.
[2] Jared Sandberg，“To Our Kids，Our Jobs Are Talking，Typing.Are They Onto Us？”Wall Street Journal，June 17，2007，p.B1.

传授实践性的生活智慧

在我们的研究当中，具有高目标感的年轻人都展现出一种“务实的理想主义”，也就是说，当现实确实无法屈服于理想抱负的时候，他们知道如何接受（希望是暂时的）可能性上的一些限制。

如此早熟的智慧并非天生。一开始追寻目标的过程，通常比较笨拙，年轻人可以从反复的摸索中学习到一些智慧。但也是需要父母和其他导师给他们提供一些重要的参考信息，让他们知道世界是如何运作的。如果没有有经验和学识的成人在身边给予大量的指导，年轻人是没办法掌握丰富的文化知识这座宝库的，也无从知晓错综复杂的社会运行机制。孩子在学校里面学到的东西很少触及真实世界的知识，而如果他们想要把梦想转变为实际行动的话，这些实践性的知识正是他们所需要的。

家长必须告诉孩子他们所知道的关于如何在现实世界当中达成目标，特别是在工作领域。

传递处世的信息以及实践当中该怎么做是很有必要的。因为子女有着对父母独一无二的爱与尊敬，处在父母这个位置上，就是孩子获得这方面的信息唯一最有价值的来源。有没有在这方面做一些努力，对于孩子是否能够实现他们追求的目标来说，结果是很不一样的。值得注意的是，据很多成功人士说，他们从家庭晚宴的对话中学到很多关于职业发展的来龙去脉。传记中关于强大的政治王朝比如肯尼迪家族的描述，里面有非常多的富有处世经验的父母和涉世未深但渴望学习的年轻人在餐桌上展开广泛讨论的故事。[1]最近，作家兼媒体人本·斯坦（Ben Stein）说他欠着自己知

识渊博的父母的一生的人情债，“我写的这个专栏是关于经济和财政的，我是怎么了解一点点这方面信息的呢？因为我的父亲是一位非常博学的经济学家，他经常跟我的母亲一起在饭桌上谈论这个话题……”[2]

斯坦还提到了关键社会信息的重要性。通过教导孩子合适的行为方式；指示他们如何找到学习或工作的机会，以及介绍一些可以帮助他们迈出第一步的人脉关系，父母可以帮助孩子顺利通过这个系统。这些都是父母养育孩子的核心部分，训练孩子将他们的理想抱负付诸实践。当然，并不是所有的父母都有足够的知识或经验像他这样教导孩子。斯坦用一种酸楚的口吻问道：“假如你没有一个人脉关系很广的父亲或母亲，该怎么办呢？假如你根本没有父亲，该怎么办？假如你是外来移民，没有任何的社会关系，又该怎么办呢？”

这是关乎我们社会未来的一个严肃的且具有道德重要性的问题。最终，作为父母，要面临的挑战就是确保我们自己的孩子获得他们需要的社会知识，以帮助他们实现他们的最高目标；而作为公民，面临的挑战是要看到我们社会上所有的孩子，无论他们被抚养的状态是怎么样的，都可以接触到他们所需要的社会知识和实践技能，让他们梦想成真。在最后一章，我会再回到这个主题上来。

[1] See R.Whalen，The Founding Father：The Story of Joseph P.Kennedy and His Political Dynasty（Washington，DC：Regnery Gateway，1964）.

[2] Ben Stein，“Getting a Boost Up the Ladder of Success，”New York Times，Sunday，July 15，2007，p.6.

介绍孩子认识潜在的导师

家长可以介绍孩子认识其他的成人，也许他们会触发孩子兴趣的火花。我们的研究表明，有目标感的年轻人经常会向家庭以外的人寻求建议和灵感，以帮助他们发现自己的人生目标。家长应该积极把孩子介绍给能够激发他们的人，并且尽己所能支持孩子的使命。

非亲属关系的导师，其价值在过去50多年的时间里已经得到了很好的证实。[1]事实上，“辅导”的概念现如今已经广泛被大众所认知和接受，竟然像20世纪70年代初那样普及，甚至还让人觉得有些诧异。现在的一些成功的辅导项目如“大哥哥”（Big Brother）“大姐姐”（Big Sister）每年会覆盖成千上万个孩子，这些项目很自然地会倾向于关注那些没有什么家庭背景优势的贫困儿童。确实应该这么做：这些孩子应该得到我们所能给予他们的所有机会，“辅导”是一种非常有力的方式，可以为“任何一个孩子”提供他所需要的支持和引导。我之所以逐字地强调“任何一个孩子”这个词语，意思是说，“辅导”同样也能给那些幸运能拥有完整家庭的孩子带来好处。我们的研究对象里面几乎每一个拥有高目标感的年轻人都有家庭成员之外的导师，我相信这绝非偶然。这些导师在年轻人的目标追寻上做出了非常重大的贡献。导师帮助他们发现、定义他们要追寻的东西，并帮助他们通过多种方式投入到对目标的追寻中。在这个过程当中，年轻人获得了依靠自己的力量成功发现、定义和追寻有目标感的使命的能力。只要有可能，父母都要尽力去介绍孩子认识一些能够以这样的方式辅导他们的人。

[1] See R.Pianta，Beyond the Parent（San Francisco：Jossey-Bass，

1992) .

鼓励创业家精神

高目标感的年轻人都有一个定义性特征，就是他们追寻目标的过程所展现出来的创业家风格。对于我在第4章简要介绍的这些具有高目标感的年轻人来说，相比通常我们对成功的衡量标准（如学业成绩），创业家精神是他们身上所具备的更强的一个共同因子。尽管这些年轻人通常在学校里面的表现也很不错，有个别还是毕业告别演说的毕业生代表或成绩全A的学生，但实际上他们所有人都是一流的创业家。作为一个对"在今后的人生中取得成功"的预言家，我会把赌注压在"具备很强的创业家能力"这一项。

培育创业家精神，意味着要鼓励以下这些态度和倾向：①设定清晰的目标，并制定切实可行的计划实现这些目标；②乐观的、积极进取的态度；③在面对困难和障碍的时候能够坚持不懈；④对风险表现出忍耐甚至是渴望；⑤面对失败的复原能力；⑥取得显著成效的决心；⑦在设计如何达成这些效果的方法上显得足智多谋，且富有创意。

创业家精神不是单一的一个特点，更像是一组特征的集合，可以用来承担挑战性任务。当把这些创业家态度和倾向合起来运用的时候，就能够创造出非常有效力的新方法，用以解决那些长久以来无法解决的问题。这就是为什么那些投身于更远大目标的年轻人如此倚重创业家的方法。

作为家长，可以通过鼓励子女勇于承担挑战、适度冒一些风险来帮助他们发展创业家能力。当四个字组成的一句话"你做得到！"频繁被喊出来的时候，就像是父母的一种"咒语"，所传递出来的关键信息对于子女应对

困难的任务大有裨益。无论用这样还是那样的方式，来自父母的这种鼓励是非常好的塑造品格的练习。寻求挑战、克服胆怯都是在少年的时候可以养成的习惯。当子女学会在挑战中茁壮成长，而不是回避这些挑战，他们就会非常清楚地知道对于他们来说，什么是可能实现的。

“创业家精神”这个词最常被用于商业领域，但当我谈到“创业家的精神”时，我是指一种总体的生活取向，它促使人们获得从慈善到商业的各种成就。实际上，“社会创业”这个词就是指“运用创业家的方法解决社会问题”，在第4章介绍的很多具有高目标感的年轻人都通过投身于这类型的事业，展现出他们的创业家精神。

当然，很多年轻人也通过参加一些富有创业精神的商业活动，学到很多对人生有益的东西。关于小规模企业给主动创办它的年轻人带来的好处，我在这里就无需赘言了。早前著名的“柠檬水小摊”（Lemonade Stand）在美国传奇史上找到了它当之无愧的一席之地。载入史册的商业成功案例讲述了各式各样的人物故事，这些人在他们童年或青春期的时候就已经开始从事具有创业精神的商业活动了，比如操作社区割草服务、组织报纸的发放渠道或是售卖“女童军”饼干。带着积极、勤奋的态度去做的这种早期的商业尝试，会是持续对人生有重大影响的体验，借由这种体验，年轻人就播下了创业家性格以及实践经验的种子。家长应该支持这样的活动，同样重要的是，还应该鼓励孩子用上文描述的这种“创业家精神”和“积极的态度”去参与这些活动。

最近在我们的领域里，出现了一种有益的发展态势，就是“创业教育”的兴起，针对的目标对象是很多高风险的年轻人。例如年仅11岁的孩

子，很多都来自于贫困家庭，他们通过“创业教育”学习到如何寻找商业机会，如何做市场营销，如何发起促销活动，如何做预算，以及如何制定未来的发展规划。从美国公共电视网2007年8月播放的纪录片《这些孩子是认真的》（These Kids Mean Business）来看，这些实践项目也“重新唤醒了他们对学校课程（特别是数学、阅读和写作）的兴趣”。基于此，以及其他一些理由，纪录片的导演扎克·里希特（Zach Richter）认为，创业教育尤其适合家庭贫困的学生，“他们在精神上变得强大起来了，他们开始有了主动性……他们不再害怕被拒绝，他们变得能够从容应对风险、不确定性和压力”。但他也以自己为例指出，早期的商业经验对于各种家庭背景的孩子来说都是有益的：

在我小的时候，我用一些木板、婴儿车、一个大冰箱和一个露营用的炉子搭建了一个热狗摊。我没有选择加入当地的小联赛，而是卖热狗、汽水和爆米花给他们。我的父亲花时间教我怎么保持好的盈利：收入和支出，利润和损耗。我是一个创业家，尽管当时我还不知道这一点。

遗憾的是，且不论关于早期商业经验种种好处的所有年代已久的证据，也不说近期萌芽中的创业教育活动的成功，年轻人“为了赚钱而工作”已经成为青年发展领域颇有争议的一个问题。考虑到这一行为侵蚀了年轻人的学习时间，很多专家联合起来反对。的确，一些鲁莽的情况出现了：年轻人频繁地逃课，忽视家庭作业，为了赚更多零花钱不惜剥夺自己睡觉的时间。这些恶习当然是家长需要制止的。但是适量的兼职工作也是有教益的，且让人精神振奋。工作能够教给年轻人有实效的技能和态度，并且能够让他们肯定自己对他人的价值。

当一个人得到了正确的教育和引导，即使是从事让人嘲笑的快餐工作，都是有教化作用的。回想一下第2章中所提到的引导和劝说手下年轻员工的快餐店经理，他告诉这些年轻员工，无论客人多么刁蛮，“你的工作就是要让顾客脸上挂上笑容”。

培养积极的人生观

和培养孩子的创业家精神密切相关的，是鼓励他们乐观的态度。在第4章中，我们看到高目标感的年轻人是如何乐观、自信地面对生活的。这些强有力的态度上的优势对他们来说是很有用的。乐观和自信能够让他们勇于应对那些让其他人感到望而却步或觉得根本不可能实现的挑战，当事情发展不顺利的时候，也使得他们不至于灰心丧气。正如我之前提到过的，很多年轻人在他们还没有找到人生目标之前，可能早就已经具备了一些乐观主义倾向，倾向于一种欢欣鼓舞的人生态度，这可能是拜遗传基因所赐。[1]但是从长远来看，基因的因素可能会被后天经历所强化，也可能被经历覆盖掉。在人生的早期阶段，父母是孩子经历最重要的塑造者。

关于如何培养孩子的乐观和自信，心理学家已经给出了一些非常有用的建议，也有不少培养孩子情绪力方面很不错的图书供父母参阅。一般情况下，建议父母引导孩子抱着希望去看待他的经历，竭力避免孩子有悲观的“灾难性思考”，即一旦事情刚开始出现一点问题，就倾向于往最坏的可能性去想。[2]要尽量跟孩子指出来事情可能的转机，特别是我们有多大的掌控力可以将事情转危为安。当问题确实发生的时候，父母必须很小心谨慎地加以解释，避免悲观、恐慌或责备，应该帮助孩子认识到，遇到问题是人生中不可避免的一部分，无需为此感到灰心失望。事实上，解决问题可以是件很有乐趣的事。需要传递给孩子的一个很重要的讯息是，问题的存在并不代表着孩子做错了什么，是个坏孩子，或不够幸运，或者注定要失败。

要想传递积极的态度给孩子，父母就应该经常性地把这些态度表达出来。我有个朋友，一天她忽然意识到，在她的家里（如同在任何一个地方），感叹一句“我真倒霉！”已经是对不好的事情的标准回应。为什么会这样呢？她在想，是不是她其实非常幸运的家人总在暗示他们的运气很糟糕呢？关于不好的事情发生在他们身上发生的概率，又会传递给她的孩子怎样的讯息呢？随即，我的朋友非常巧妙地养成了一个习惯，专门矫正她家里那些有着“标准的悲观式的表达方式”的人，而且，每当好事降临她家的时候，她还会特意地说一句“这是我们的运气！”这正是她迈出的有可能对结果产生很大影响的“一小步”。

我们在孩子面前所说的每一句话，做的每一件事，孩子都会注意到。孩子的个性特征，正是通过他们身边最亲近的人每时每刻的沟通和互动串联起来所塑造的。即使是像“经常性地表达出来积极的人生观”这样简单的事情，只要去做，都可以让世界因此而不同。

[1] See Mary Rothbart and J.Bates，“Temperament，”in Damon，ed.，Handbook of Child Psychology，5th ed.，pp.105-77.

[2] See，e.g.，Martin Seligman，et al.，The Optimistic Child（Boston：Houghton Mifflin，1995）and Carolyn Saarni，The Development of Emotional Competence（New York：Guilford，1999）.

逐渐向孩子灌输一种力量感，连接到责任

父母应该教导子女的一个基本原则是：“在这个世界上所做的每件事情都不是无关紧要的”，这并不只是因为父母在乎这些事情（传达出这个信息也很重要），从更大的方面来说，是因为他们的行为无论好坏，都会产生重要的结果。从出生开始，所有的孩子都已经让他们身边人的生活变得明显不同。每当合适的机会自然出现的时候，父母都应该把这点跟孩子沟通清楚。指出这一点的时机总是会很自然地到来。举个例子，假如孩子在花园里帮忙播种，当花开的时候，一定要记得对孩子表示感谢，是在他的作用下，花才得以盛开。再比如你带着孩子把一个礼物送给街坊里的一位老人，一定要跟孩子指出：对于老人来说，看到孩子关心他是多么的重要。

关键原则就是要用好这个时机，它会在对话中以及一些普遍性的家庭活动中（如安排家务活、准备晚餐、赠送礼物等）自然发生，每时每刻都很重要。恰当地利用这里的这个时机，那里的那个时机，足以让信息充分传递出去，这也是唯一行得通的方法。“说教”只会让孩子故意装作没听见（或翻白眼）。所有这些偶然的时机，如果父母运用得当的话，都会经过日积月累的积累而显现出效果。

向孩子传达力量感（让他们感觉到他们是有能力的，是在做着贡献的）的另外一种方式是，让孩子很清楚地知道：你认为他们是有吸引力的，也有能力。尽管大多数父母都视自己的子女为掌上明珠，我们却并没怎么在跟他们日常的互动当中表达过我们对他们的信心。在很多情况下，

家长会阻止孩子承担一些其实能够测试孩子潜能的挑战，他们过度地保护了孩子，不让孩子接触到几乎没有什么真正危险的风险。就拿向孩子传递我们的态度，相信他们对事情的看法是很重要的这方面来说，正如我早前所提到的，父母极少花时间征求孩子在重要问题上的看法，也不怎么经常跟孩子谈论他们的渴望、想法或忧虑，这通常是因为他们想要让孩子们的生活尽可能的快乐无忧。具有讽刺意味的是，这种无意的轻视，是发展于20世纪，至今仍然流行的过度“以孩子为中心”的教育思潮的副产品。极端一点来看，这种教养孩子的方式是把孩子当作幼儿来看待，前提假设是孩子自己能做的事情非常有限，需要父母持续的保护，使孩子的童年不受伤害。

最近几年，给年轻人赋予真正的责任（比如期望他们经常帮忙做些家务活）这种教育方式已经不怎么常见，就要退出历史舞台了。围绕家务的强制性任务已经逐渐过时，取而代之的是，年轻人被赋予了更多的自由，可以把时间花在学业、足球比赛、钢琴课，以及他们日益紧张忙乱的个人和社会活动安排上。生活上的富裕能够让我们减轻年轻人做家务的负担，从某种角度来说的确是有益的，把日程塞得满满的活动对他们的学习和成长来说当然也是有益的，但有一些东西被忽略了。

年轻人不再觉得他们在为家里做着必需的贡献，感觉不到家里的其他人在依赖着他们，也不认为如果他们没能负起责任会让他人失望，不在乎余下的一些需要完成但未完成的任务。除了本该通过承担责任练就出来的品格优势没有被练就出来，由于缺乏承担这些家庭责任，使得年轻人的一种很关键的感觉——“事情不是无关紧要的”也没能被培养起来。

当今富裕的社会不会再回到从前，那时候是需要孩子的付出来维系家庭生活的。但即使是最富有的家庭，如果愿意的话，也是可以选择给孩子指派一些有意义的义务活动的，这能够让孩子学会承担责任，并且让他们有一种感觉：他们所做的事情对世界来说并非是无关紧要的。哪怕是一个小孩子，都是可以做一些有益的事情的，比如照看宠物、给植物浇水。很重要的一点是，孩子要能够看到他承担责任的结果，或因责任不到位而产生的后果。如果孩子的工作是给植物浇水，就要让她有机会看到，如果她忘了浇水，植物是会死去的（“爱护动物协会”请注意，我并没有推荐用这种方法去照看宠物）。以几株枯死的植物为代价换得孩子品格的发展，这个代价也是合理的。

当青少年再长大一点的时候，一个非常有效的赋予他们更多责任感的方式就是让他们加入志愿者的工作。无论是通过参加“大哥哥”、“大姐姐”这样的辅导项目，还是帮扶孤独的老人，青少年都可以让一个贫穷孩子的生活发生巨大地改变。父母应该鼓励孩子参加这样的志愿者工作，即使这些工作挤掉了日程表上其他一些更加“自我为中心”的活动。志愿者工作不仅可以塑造品格，它还是可能发展成为人生目标“兴趣火花”的最佳来源之一，并能够教孩子很多他们将来在闯世界的时候需要用到的实践技能，包括让他们有机会接触到潜在的人生导师。

最后，让我们从对年轻人的人生目标感从何而来的大量研究当中，总结一下我们认为很关键的一组因素。这些准则，希望父母可以利用一切机会（从日常的碎片时间到更为正式的时刻）经常地回顾（它们值得反复强调），并铭记在心：

·贴近倾听“火花”，然后“点火”

·利用平常的机会展开对话

·开放并支持地看待孩子兴趣的火花

·传递你从工作中获得的目标感和意义

·传授实践性的生活智慧

·介绍孩子认识潜在的导师

·鼓励创业家精神

·培养积极的人生观

·逐渐向孩子灌输一种力量感，连接到责任

第7章　为年轻人创造有目标感的文化

自相矛盾的二元存在于培育年轻人目标感的核心。年轻人必须发现源于他们自己特别的兴趣和信仰的独特目标。然而他们的探索也需要借由生命中其他人的指引，他们所发现的“目标”不可避免地会被那些从周围的文化环境当中接触到的价值观所影响。矛盾就在于，目标既是深层的个人现象，同时也是不可避免的社会现象，它是由内而建构的，却是在跟他人的密切交互过程中显现出来，是向内审视、同时向外探索的产物。当目标完全成形的时候，既反映了自我真实的理想抱负，也反映了自我之外的世界的实际需求。

因为这个原因，对于那些想要帮助年轻人找到目标的大人们来说，就处在一个比较尴尬的处境。我们不能把一个现成的目标呈现给年轻人，并期望这个目标可以很轻松地与他匹配。而我们能做并且应该做的，是指引他们接触到一些启发灵感的想法，以及想法的来源——人、书、宗教或非宗教的组织，这些想法和来源能够给予年轻人启发和激励，使他们找到适合自己的路。当然，我们也可以为他们创造条件，引导他们依靠自己的努力去构建目标。

正如我们在上一章中所看到的，父母在这个过程当中扮演了非常重要的角色，但是不能光依靠他们。即使对于教育条件非常好的孩子来说，比家庭更广阔的社会也发挥了决定性的作用。或好或坏，我们即时的大众传播持续在传递着社会主流的价值观。有害或堕落的文化环境将削弱父母的影响，而有益健康和充满生机的文化气候会支撑到父母对孩子的指导。一

个遍布着高尚的信仰和践行的社会，能够促使年轻人去追求崇高的志向，并且增进他们对于自身能做到什么、能为社会做到什么的理解。如果是愤世嫉俗盛行的社会，会使年轻人的意志消沉，削弱他们的抱负心，使他们想要拥有有目标感的人生的希望变得渺茫。通过观察那个时候庸俗的社会，托马斯·曼（Thomas Mann）在几十年前写下这样一段话：

一个人不只是作为个体过着自己的生活，同时也是过着他所处的这个时代的生活……各种各样的个人目标、希望和前途从他的眼前掠过，从这之中，他可以获得追寻目标、实现志向的动力。现在，如果他周围人的生活、他自己的生活里面都是空心的，没有什么东西可以喂养他的梦想，如果他内心里面把这当作没有希望的、老朽的、没什么意义的……那么这种情况下，轻微的人格不健全是必然会发生的。[1]

回到上一章中本·斯坦所提到的问题：那些父母没有很好的资源帮助他们的孩子们该怎么办？大多数父母都是在自己孩子的身上下功夫，这很正常，也很好理解。但这就把这个缺口留给了更广阔的社会，需要社会有能力为所有年轻人对目标的追寻创造良好的条件。那些没那么幸运地得到父母悉心照顾的孩子该怎么办？还有那些父母没在行使职责的孩子怎么办？这些孩子需要其他一些资源的支持，一个良好的社会是要能够提供这种支持的，因为所有年轻人都应当拥有过上有目标感的生活的机会。更重要的是，如果疏于照管的年轻人没有找到可以投身于此的积极的人生目标，他们可能会去做一些不具有建设性的事情，反过来会让社会不得安宁。一个能够给年轻人带来目标感文化的社会，会成立一些公共组织，一方面提供辅导，一方面可以展现有目标人生的积极愿景是怎样的，以及提供追寻这样的人生所需要的实践知识。

建设这样一个社会并不需要任何乌托邦式的梦想，也不需要政府指令下的严格管控的系统，而是依靠个人和机构自行担负起他们的一言一行、树立的榜样所代表的价值观。必须要通过多维度的细节层面构建有目标感的文化（并且要持续地“再构建”）。对于政府，特别是地方政府来说，完全可以通过与这些个人和机构的合作，发挥建设性的作用。但不能是通过自上而下的项目或强制性的法律这样的方式来培养年轻人的目标感。有目标感的文化是不能被强加上去的。

有目标感的文化并没有物质上的先决条件。我们知道年轻人对目标的找寻贯穿了各个年代，不论是在好的时代还是坏的时代，在经济富足的时候还是经济萧条的时候。在1930年经济大萧条期间，家里的人都要团结在一起，也需要年轻人来帮忙摆脱困境。这里面很多年轻人后来都成了具有高效能和责任感的公民，为社会做出了很大的贡献。[2]战争、流行病、饥荒，各种能想象到的艰难岁月事实上都成了那些忍受住这些困难的人孵化出目标感的温床。我们能够肯定的是，成功地适应了这些困境的年轻人，一定能从他们身边的模范人物，以及这些人物所代表的更广泛的“目标感文化”那里得到了指引和鼓舞。[3]

[1] 美国国家公共电台《所有事情都应该考虑到》2007.8.30单杠和躲避球的禁令是为了防止发生身体上的意外伤害。相关禁令的标语很明显地挂在恰当的位置，以防止意外伤害的发生（尤其是学生中）。这是个应该自我批判地分析一下的现象。

[2]　这个想法并非是空中楼阁。我主导过几次和公众明星（包括商界领袖和体育明星）就“为年轻人树立让人敬佩的榜样人物，他们所承担的责任”这一主题进行的小组讨论，整个过程体验还是令人十分满意的。有

时，特别是体育明星，他们还没有认识到他们自己影响力的范畴。但是一旦他们开始渐渐明白，我看到他们是很愿意，甚至是有非常强烈的渴望应对好这一局面的。多数成年人真的很想为年轻的一代人做一些他们应当做的事。

[3] For a fuller treatment of how exemplary people can influence others to turn a life of hardship into moral purpos’e，see Colby and Damon，Some Do Care：Contemporary Lives of Moral Commitment.

围绕年轻人目标的社区建设

最贴近有目的感文化的先决条件的，是社区的观念。当家长、老师和孩子身边的其他成人共享一种“社区观”的时候，会使得这里面其他人努力的效果得到强化。

我在实际中有看到过。大概10年前，我参加了很多小镇上的会议，致力于创造最具传导性的培养年轻人的文化环境。这项工作背后的理论支撑，是我在一本书《青年宪章：社区如何能够联手提高对所有孩子的标准》（The Youth Charter：How Communities Can Work Together to Raise Standards for All Our Children）里面写到的观点：“当大人呈现给年轻人清晰且一致的高期待时，年轻人的表现是最棒的”。[1]当时的与会人员包括家长、老师、当地政府官员、牧师、运动教练以及当地新闻媒体的代表，我观察到大家围绕如何发动镇上的资源促进青少年健康发展的问题展开了激烈的讨论。出乎很多参与讨论者的意外，大家竟然一点都不费劲儿，就达成了关于大人计划提升青少年能力素质项的标准的共识：被大家广泛认同的目标是孩子应该习得一些优秀的性格品质，比如诚实、同情心、尊重、气节，再有就是孩子在学业、工作方面的能力以及一些重要的生活技能应该得到发展。如果大人能够结成群组，一起给下一代传递这些价值观，会是非常有效的，而且这么做的话，“社区观”就起来了。

在我写《青年宪章》这本书的过程中，我看到社区里有很多具有奉献精神的公民伸出援手来帮助年轻人。最常见的方式是确保一个城镇有能力为这里所有的年轻人提供积极正向的活动和辅导机会；有时还会借助新的

资源，比如开放计算机方向的图书馆分部，在当地的FM频道创办一个年轻人的电台节目。再有就是加强和协调现有的一些资源，比如把原定周日上午的足球联赛做了时间上的调整。这样一来，想要在周日上午去教堂的孩子就不必纠结于这个二选一的选择了。

所有这些付出的努力都需要镇上的家长们有领导力和极大的个体主动性（我自己的角色仅限于引导讨论和观察结果）。他们是能够显著影响到小镇自身服务于年轻人的能力的，并且在这个过程当中，参与者也会成为年轻人眼里投身于公民服务的让人备受鼓舞的模范人物，是非常有价值的一个角色。然而所做的这些努力也是有时间限制的，当老一代人过了抚养孩子的那个时间段之后，那需要继续由新一代的父母和市民来做更新。从个人身上卸下来一些负担也很重要，那些乐于在他们的社区里面起先锋带头作用的人们应该鼓足勇气坚持下去，因为很多组织已经成立了，可以为他们提供方向上的指引和支持。

[1] William Damon，The Youth Charter：How Communities Can Work Together to Raise Standards for All Our Children（New York：Free Press，1997）.

发展社区的积极做法

其中一项行动是由之前提到过的彼得·班森（Peter Benson）所领导的，他是明尼苏达州明尼阿波利斯“搜寻研究院”的院长。搜寻研究院和世界各地的社区一起工作，帮助他们识别出促进年轻人健康发展的一些“宝藏”。这些“宝藏”既包括关于孩子的内在的（个性品质和能力），也包括社区能够提供的外在的资源（家庭方面、教育方面、娱乐方面、宗教方面等）。班森和他的同事们帮助社区发展他们的领导力，以及开创他们自己的项目。

关于搜寻研究院的工作方法，有两样是我特别喜欢的。首先，不同于常规的一些“品牌”项目依靠创始人的名誉（和自我）在市场上一决胜负，搜寻研究院的工作完全地融入了社区，很快就不见了自己品牌的影子。我亲自发现这一点是缘于有一次，我的侄女高兴地打电话给我，谈论她在高中的一个项目里面所做的一些很重要的社区建设工作。她们班级进入了社区，把那些青少年能够获得的“宝藏”用地图的方式画了出来，包括孩子们业余时间可以去的一些可靠的地方、他们可以去做运动和学习技能的地方，以及他们可以得到工作培训或宗教方面指引的地方等。我的侄女带着一种确实比较明显的目标感详细地讲述着她的想法，关于如何识别和加强社区的资源，好让全镇的孩子都可以受惠。她和她的朋友担任了这个项目主要部分的领导角色。事实上，她们有着非常切实的自主感，以致她都意识不到搜寻研究院的存在，也感觉不到搜寻研究院在她的家乡发起的这次项目当中所扮演的角色。听完让侄女感觉倍受鼓舞的活动的描述，我有了一个猜测，直到我一个接一个地点开学校网站上的链接，才最终证实了我

的猜测——其实，这就是搜寻研究院的一个项目。正是搜寻研究院角色的“隐而不宣”，才能够让我的侄女以“引发出她自己真实目标感的方式”参与其中。

搜寻研究院进行社区建设的做法让我欣赏的第二点是，他们对于年轻人以及年轻人对社会的潜在价值的积极想象从未减弱。一些青少年项目是以关注青少年可能陷入的麻烦入手，不可回避地以看看他们的问题“是否被‘治疗’好了”作为收尾。与之形成鲜明对比的是，搜寻研究院是从识别每一个年轻人身上都有的积极正向的“宝藏”开始的。班森曾在他写的文中批评过“削减赤字”的观点，事实上，服务于青少年的专业人士长期被此观点所主导。把年轻人看作一连串“需要规避的风险”（药物滥用、未成年怀孕、情绪困扰），或者是“需要解决的问题”（学习障碍、成绩不良、行为失控），这样的观点根本上就是失败主义者的观点，永远也不会有帮助。一个人没有什么问题，并不足以成就一个有目标感和满足感的人生。

我敢保证，这种“削减赤字”的做法现在既占据着主导效应，又让人感觉非常沮丧。当我10年前来到斯坦福大学接任青少年研究中心（Center on Adolescence）主任时，看到一系列引人注目的海报张贴在这栋楼里的墙面上，对我表示欢迎。每一张海报都在“高喊着”年轻人对自己或他人构成的危险的警告。我不记得海报上面准确的信息（因为我在那周内就让人把海报移走了），但大概包含了这样的说明，比如“你知道数以千计的年轻人会在今年犯下谋杀罪吗”？“你知道每三个年轻人当中就有一个会在今年开始抽烟（或喝酒或嗑药）吗”？“你知道在国内的很多地方，年轻人是造成致命车祸的罪魁祸首吗”？“你知道大部分的未成年人怀孕会导致单亲家庭吗”？毋庸置疑，所有的统计数字都是正确的，也确实指出了让人忧

心的问题，但它们肯定也无法成为对于年轻人发展潜能的思考当中最有成效的出发点。

由皮特、塔夫斯大学的理查德·勒纳（Richard Lerner）以及其他一些持相似观点的科学家率先倡导的“青年发展的积极模式”现在已经在整个教育界获得了支持[1]。研究者和实践者发现这个方法远比把关注的焦点放在“孩子有什么问题”的方式更有效。这种积极模式也认识到了年轻人所面对的发展上的挑战，只不过它拒绝把发展的过程看作主要由努力克服“风险”和“赤字”而构成。反而它强调凸显年轻人的“潜能”，包括那些背景上没有任何优势的年轻人，以及有很多不良历史记录的年轻人。这种积极模式的目标在于理解、教育，让孩子投身于有收获的活动，而不是去矫正、治疗，或把他们视作有“适应不良”倾向或所谓的“有障碍”来看待。

班森、理查德以及其他研究者为更直接明确地付出努力帮助“所有年轻人”找到他们的人生目标铺平了道路。为了让我们的社会尽可能最有效地促进这些努力的行为，这个研究也指出了我们应该遵循的一套核心方法。在社会的层面，这些原则有助于建立一个整体的有目标感的文化氛围，可以让在这个社会当中成长的每一个人都感受到。

[1] Richard Lerner，The Good Teen（New York：Random House，2007）.

为自信、积极进取的人生观搭建舞台

正如上一章我们所提到的，从父母口中说出来的四个最有价值的字眼是“你能做到！”社会本身是没有嘴巴的，但它们依然也在传递着信息。在当今这个时代，我们的社会选择不去跟每一个孩子传递这样的信息：他（或她）“能做到”。完全相反的是，我们每过一年，都会找到新的方式让孩子知道，生活是充满风险和困难的，没有我们坚持不懈的帮助和提醒，他们是无法应对的。

作为三个孩子的家长，我当然能够理解想到孩子受到伤害所引起的那种恐慌。但我们对孩子身体上的那种保护已经深入到了他们的日常活动层面，不禁让人怀疑我们是不是要把他们训练成胆小鬼。从为今后的生活做准备的角度来说，这的确不是保护他们的最佳方式。到了2007年，美国几乎所有的游乐场里面的单杠都被拆除掉了，躲避球则成为学校明令禁止的体育项目，还有（似乎是为了证明每一种愚蠢的狂热总有新的边界），科罗拉多州的一所学校禁止在课间休息的时候玩“捉人”游戏[1]。警告孩子不要在车来车往的地方玩是一回事，完全禁止那些除了一些异常情况，一般顶多造成一点碰撞和擦伤的活动是另外一回事。（即使考虑到这些异常情况，我们真的就希望孩子免受从自然远足到航空旅行的一丁点轻微伤害的可能性长大吗？）这样的禁令会传递给孩子一种什么样的讯息？他们能够应对生活中的什么风险和困难？

把孩子看作病态的，这也是在传递着一种负面的讯息。近些年被诊断为“学习障碍”的孩子的数量逐渐增多，这个带着贬义的、误导的标签，对

于孩子如何被看待、被对待和被治疗有着巨大的影响。一些孩子之所以被贴上这样的标签，主要是因为他们表现出情绪上的焦躁不安，在一个对孩子没那么多保护的文化环境里，这种情况通常被当作很平常的纪律上的问题来处理。“障碍”这个标签本身可能会变成一种自我突破和自我实现，因为孩子们实际上是知道自己是如何被评估的，他们的自我概念很大程度上是来自于别人如何看待他们。[2]我们把这个标签贴在更多比例人口的身上（特别是男孩），暗示了一种更为普遍的倾向：我们把孩子看作脆弱无能的人，当他们接触到日常生活中原本很普遍的挑战时，也需要持续地被保护。[3]

我们的社会应该尽自己的最大努力让所有的孩子都能拥有人们所能赋予他们的尽可能多的有利条件，包括对他们真正有帮助的医疗和心理服务，这本身是没问题的。但是孩子的天性、健康、经济、家庭背景以及其他条件总是会有局限性，是不为我们所控制的（当然我们的控制也难免存在不完美之处）。事实上，孩子们是会在挑战中成长的，并通过适度的冒险，学会以一种胜任的、自信的方式来应对这个世界。我听过的最好的一个养育孩子的小窍门来自玛利亚·雪佛（Maria Shriver），她在一个媒体的评论里建议孩子“每天做一件让自己感到害怕的事情”（我相信她指的是很安全，但具有挑战性的事情）。[4]关键不在于不必要地让孩子去经历一些可怕的事情，而是教会他们自信地应对未来人生中可能出现的一些情况。

最重要的是，孩子们一定不能养成因害怕自己不能应对这个困难而逃避它的习惯。对任何一个目标的追寻都必然会遇到一些困难的时刻。让人欣慰的是，每一个孩子都有能力按照自己的方式去面对困难，没有一个有着鲜活大脑的孩子会完全或是永久性地遭遇障碍。无论遇到什么样的情

形，总有一些有用且让自我有满足感的事情，是孩子可以学着去做的。要鼓励孩子努力扩大他们的学习范围，增强他们的学习动机，让他们学得更多。如果把一个任务想象得太过困难，会限制孩子潜能的发挥，并且让他感到灰心。

没有一个老是想着“在当今这样一个世界，做一个小孩儿有多难”（或者“一个没有特定关键优势的小孩儿，生存有多难”）的社会能够解决所谓“年轻人的问题”。来自积极青年发展研究的好消息是：我们知道，即使在最艰难的环境中，孩子都能够生存下来，并且茁壮成长。那些最可能茁壮成长的孩子，是不畏艰难地朝向积极的目标前进的孩子。这些孩子是有目标感的，他们发现好的进攻方式就是最佳的防守方式，来帮助他们抵抗来自周遭世界的认为他们“无法做到”的态度。对大人来说，我们不应该放着我们发现的这些东西不管，必须要时刻检视社会是怎么对待孩子的，确保我们鼓励孩子去做一些事情，是表明了我们对他们能力坚定的信心，以及对他们获得成功的期待。

[1] NPR，All Things Considered，August 30，2007.The monkey bar and dodgeball bans were intended to prevent physical injury.Apparently the prohibition on tag was put in place to avoid the possibility of harassment（among schoolchildren！），a phenomenon that deserves its own critical analysis in some other venue.

[2] See S.Harter，“The Self，”in Damon and Lerner，eds.，Handbook of Child Psychology，6th ed.

[3] See Damon，Greater Expectations.

[4] See Maria Shriver，And One More Thing Before You Go（New

York：Free Press，2005），for several other valuable words of wisdom about guidance for young people.

有目标感的学校

在努力让学生追求学业成绩的误导之下，学校仅仅关注语言和数学的技能，把压力加给老师，提高标准化考试的成绩。结果可想而知，一些学生比较适应，他们几乎在任何一种学习环境中都表现得不错，另一些学生就很头痛这种标准化的模式，同时也对专业学习失去了兴趣。大多数学生以中等的成绩胡乱地应付过去，对于为什么老师要教给他们这些内容知之甚少。对于老师来说，他们觉得被迫要花时间“为考而教”。最近，两个教育界的领袖卡斯特·芬恩（Chester Finn）和戴安·拉维奇（Diane Ravitch）尖刻地评论道，“我们正冒着把美国学校变成备考技能培训工厂的风险，在这里，除了基础课程的考试分数，其他什么都不重要了。”[1]

只关注应试的单一思维，不仅限制了老师对于学生应该学什么和怎么学的判断，也把本来可以讨论一些更广泛问题的机会给排挤掉了，比如一个人可以运用学术知识在学校之外的世界里做点什么、应该做什么（这都是有关于学习目标的最重要问题）。

如果我们把公立学校变成了像卡斯特和戴安所写的“‘什么都不重要’，除了没什么意义的备考”这样的地方，我们就是在除掉学校激发学生目标感的能力。这两位作者指出，这种状况甚至对于学校想要追求的成就——国家经济竞争力也没什么好处；除此之外，学校还会完全丧失机会去完成最紧迫的公民教育任务，“我们需要学校帮助我们的孩子在全球的劳动力市场上胜出，同时也要帮助他们成为我们的社会、我们的文化、我们的政治还有我们的经济建设中的全面参与者”。[2]

最重要的是，学校必须跟学生沟通“为什么”的问题，即学生在学校做的这些事情是为什么。为什么要学习这些学科？为什么阅读和写作很重要？为什么要把单词拼写准确？（这不仅可以帮助学生更好地理解学校教育的目标，而且可以向他们展露一个受人尊敬的成人自身对目标的追寻。）为什么我们规定考试不准作弊？（这是一个很好的方式来传授道德标准，如诚信、公正和正直。同样这也是大多数学校，甚至是在品格教育方面很强的学校没有把握住的机会。）从根本上来说，为什么你和你的学生会在这里呢？

课程的每一部分都应该把“为什么”的问题放在最前面来教。芬恩和拉维奇认为人文学科最适合用这种方式来教（“历史和文学还应该传授给学生……提问的能力，去问‘为什么’以及‘为什么不’”）。[3]但我在自己的工作中发现，自然科学的教学也提供了一个生动的环境让学生提出问题，并且一个附加的好处是，这些问题为学习内容增添了让人兴奋的东西，从而激发了学生对于通常会让人感觉晦涩和难以理解的学科的兴趣。若干年前，我有一个机会在一群有天赋的学生参与的暑期班项目当中实践这个想法。我们讨论了最近的微生物领域的研究，以及它所引发出来的道德伦理问题，例如对“克隆”的社会期望。学生们带着兴趣攻下了这些比较难的自然科学课程，至少一部分是被他们加深了的对利害攸关的道德问题的理解所驱动的。

如果学校恪守职责，要把学生培养成为“我们社会的全面参与者”，就必须要教他们如何作为积极公民投身于社区服务，以及如何在民主政体当中发挥作用。在第一件事情上面（参与社区服务），美国的学校在过去的几十年里做得相当不错，在引导学生参与社区服务上取得了相当大的成

功。我们的调查表明，50%以上的高中学生至少每月参与一次社区服务，25%以上的学生每周都参与。[4]但是在公民参与的这条阵线上，我们要做的事情还有很多。

特别是，当代年轻人在政治方面的知识和兴趣还显得很薄弱，以至于我们不得不担心民主政体的未来。这个问题不能被归结为是投票选举的问题（事实上，在2004年的选举中，年轻人的投票已经有上升的趋势），而年轻人的公民生活（参加地方公职的竞选、参与邻里的会议、参与委员会的事务）远远被甩在了他们关注的领域之外，这些活动在关于他们如何利用时间的调查当中几乎都没有出现。[5]我们已经从调查当中看到，多数年轻人对公民和政治领袖几乎都没有崇拜感，并且没有打算在执政领域给自己配备任何角色。在我所知道的每一项调查当中，青少年所体现出来的公民精神明显低于其他年龄段的人。例如，美国退休人员协会（AARP）进行了一项民意调查，2006年7月报告了调查结果，50岁以上的成人当中，有74%都认为自己是非常爱国的，与之形成鲜明对比的是，在18~34岁的年轻人中，仅有34%表达了同样的观点。[6]社会科学家估算了一下，在美国历史上从未有过这样一个时期，只有这么一小部分20~30岁的年轻人曾经寻求或担任过政府或公民组织当中的领导角色。

当今的年轻人并不相信他们能够让世界有所不同，也没有考虑太多“如果可以的话，他们想要给世界带来怎样的改变”。实际上，似乎很多年轻人对我们的政治体系并不怎么了解，甚至于不知道该从何入手。

卡内基教学促进基金会的安·柯比（Anne Colby）和她的同事们在大学层面研究了这个问题。卡内基项目组指出，相比较政治活动，大学生更愿

意去参加社区服务。毫无疑问，这正是上文中描述的情况所造成的结果：我们的公立学校在促进学生参与社区服务方面取得了成功，但在学生对政治的理解以及学会在民主政体社会做一个积极公民这方面，教育工作做得还不够。由于学生缺乏如何参与政治活动这方面的知识，他们就倾向于怀疑自己是无法在政界做出任何有价值的事情的。卡内基的研究发现，学生们是这么说的：“我们并没有看到政治跟我们的个人生活有什么关联”，以及“我们不相信那些政治人物或政治程序”。[7]

但安和她的同事们同时也发现，合适的大学课程或项目是可以改变学生的态度、传授他们所需要的“做出正确政治判断”的知识给他们的。当给学生提供可以展现“民主政体是如何工作的”这类课程以及课外的活动时，学生就能够从中获得一些他们所需要的知识，包括参与其中的动机。更重要的是，那些起初对此表现出最少兴趣的学生，往往是收获最大的。卡内基项目组建议，中学教育和高等教育都应该像他们重视鼓励学生参与社区服务一样，重视促进学生政治活动的参与度。尽管这项的研究关注点是在高等教育领域，但项目组的建议与中学教育的关联更大，因为那里是学生对政治参与的早期理解和态度形成的地方。

[1] Chester E.Finn，Jr.，and Diane Ravitch，“Not by Geeks Alone，”Wall Street Journal，Wednesday，August 8，2007，p.13.

[2] Ibid.

[3] Ibid.

[4] James Youniss and Miranda Yates，Community Service and Social Responsibility in Youth（Chicago：University of Chicago Press，1997）.

[5] See Damon，“To Not Fade Away：Restoring Civil Identity Among the Young，”in D.Ravitch and J.Viteritti，eds.，Making Good Citizens：Education and Civil Society（New Haven：Yale University Press，2001），122-41.

[6] “How Patriotic Are We？”AARP Bulletin，vol.47，no.7.（JulyAugust 2006），p.3.

[7] Anne Colby，et al.，Educating for Democracy：Preparing Undergraduates for Responsible Political Engagement（San Francisco：Jossey~Bass，2007）.

公共领域当中的正面模范

学校里面的一些教育机会，必须要依靠学校外面的一些正面案例来强化。年轻人总是以成年人为榜样，来看什么是值得追求的，以及最好的做法是怎样。如果成年人倾向于愤世嫉俗、自私自利，那么我们可以肯定，孩子也会效仿成年人的做法。遗憾的是，我们身处在一个很多公务人员都树立了糟糕榜样的年代。公务人员应该为年轻人展示一个令人钦佩的模范形象，这点在近代的政治评论家看来，已经不用指望了。在最近几年几乎无休止的一次丑闻事件之后，一个知名的博客上刊载了政治评论家的如下观点："他们总是有污点的，如果不是贪污腐败，就对他们做出让步，认为他们是道德领袖的想法简直是愚蠢至极。"[1]纽约时报的专栏作家则指出，她希望这些官员能够通过好的立法，做出明智的决策。带着一种想要表达无可奈何的现代感十足的语调，她写道："我们并没有雇佣我们选举出来的官员去塑造孩子的品格。"[2]

如果这就是今天我们对政治领导者的主要看法，如果我们已经对自己的想法（认为他们可能是不道德行为的代表）听之任之，那么学生对主流的政治毫不感冒，这有什么好奇怪的吗？我们当然没有"雇佣"政治领袖主导着来塑造孩子的品格，但我们有权利期待一个让人尊敬的模范人物的行为，应该是作为很必要的一部分被纳入任何一个市政领导者的职位描述中。政治领导力，归根结底，不仅是关于特定任务或服务的履行，至少和这点同样重要的，是领导者所宣扬的公共精神。对于我们的领导者能够宣扬一种公共道德精神的渴望，绝对不能算是"愚蠢的"。毫无疑问，年轻人敏锐地观察到了那些社会当中有权利有地位的人，他们自身的态度和行为

也受到他们所见所闻的强烈影响。[3]

让问题显得更加严重的是，新闻媒体经常对政治领袖的丑行大肆渲染，而不是以一种负责任的方式来报道。当下这种“狗仔队式”的新闻报道也许能让报纸大卖，也许不能（关于这点在行业里面尚存怀疑，特别是看到发行量的数字正在下降），但几乎可以肯定的是，这样的报道会导致所谓“犬儒主义的螺旋”，这是一位媒体评论家对波及整个社会的政治参与度的描述。同样还是那些对于社会和执政者的第一印象正在形成中的年轻人，受此影响最大。

不仅于此，这个问题还远远延伸到了政治之外的领域。大众媒体过于频繁地把企业的商业行为描述成只不过是一心只谋私利的贪婪行为，以企业的领导者刚好能够逃脱惩罚的这种腐败的、无情的方式操作着。在电视和电影里面，商业人士最经常被刻画成贪婪的、不诚信的，甚至是彻头彻尾的邪恶。我们的一项关于电视媒体如何描绘企业领导者的研究发现，“黄金时段里大部分的CEO都被描绘成是犯了重罪”，而且好莱坞普遍是以贬低而不是欣赏的角度来描绘这些领导者。[4]在我们社会的其他领域，媒体的报道通常把观众的注意力转移到体育明星、艺术名流以及其他知名文化界偶像人物的坏毛病上面，但同时，媒体也在美化着这些名人，这就给年轻的观众传递了一种确实让人混杂难辨的信息。

以上这些没有一个在年轻人对目标的找寻上扮演了建设性的角色，现在的年轻人最好不要再看这些主导着大众传播的媒体。在任何一个民主社会，很重要的是媒体的工作者做好自己的本职工作，报道一切公众需要知道的并依此做出决策的信息。那些诚实、勇敢地报道公共事件的记者，本

身就会成为年轻人公民意识方面的正面模范。而当报道的天平从充满活力的“调查”转变为哗众取宠的“自我服务”，年轻人会看穿这一点，从此不再认真对待新闻报道。这不仅会助长年轻人愤世嫉俗的心态，还会让年轻人相信，他们几乎很难（如果有的话，也是极少）在公共领域找到积极正面的模范。

如果想要让年轻人成为完整意义上的积极公民，他们所看到的公众人物必须散发出一种目标感，并且不要那么明显地表现出自私自利的行为。同样的标准也适用于公众可见的任何一个职业领域的领导者。当然，这些要求不能在基本法律标准之外被监管（尽管这些要求比这里所说的标准更低，但还是有一些人很难遵守）。令人钦佩的公众行为必须成为个人自觉的意识和良知。公众人物必须理解和履行他们的职责，树立正面的榜样。他们必须认识到他们的行为在年轻一代人身上的影响，年轻人一直会看着他们；他们必须知道面对什么样的听众该说什么样的话，并且言行一致。[5]他们还应该努力去传达自己的目标感，对于他们想要达成什么样的目标这类问题，必须要清晰地、坦诚地回答。如果网络、纸媒和广播在报道我们的社会里具有影响力的人物时，更聚焦在“什么对他们来说很重要”、“为什么”，而不是关于他们的“不法行为”和“过失”，那么挡住年轻人视线的犬儒主义的面纱将会被掀起，年轻人将能认识到在民主社会做一个完整意义上的公民，意味着什么。

[1] Journalism professor and political blogger JeffJarvis，quoted in A.Goodnough，“Oh Everyone Knows That Except You，”New York Times，Sunday，September 2，2007，p.D 1.

[2] Gail Collins，“Men’s Room Chronicles，”New York Times，August

30，2007，p.24.

[3] Developmental psychology long has recognized status as one of the main determinants of who a young person imitates—see Damon，Social and Personality Development.

[4] Michael Medved，Hollywood vs.America：Popular Culture and the War on Traditional Values（New York：Free Press，1994）.

[5] This is not pie-in-the-sky.I have had several gratifying experiences conducting discussions with groups of public figures（including business leaders and sports stars）about their responsibilities to set admirable examples for young people.Sometimes，especially in the case of sports stars，they have not realized the extent of their own influence.But when it starts to dawn on them，I have seen them willingly，even eagerly，rise to the occasion.Most adults really do want to do the right thing by the younger generation.

让过去（短视的文化）过去，让未来（高尚目标感的文化）到来

从很多方面来说，这本书都在描述虽然是出于好心，但是相对短视，好心用错了地方的倾向性。我们想要驱赶孩子走向成功的努力，不足以赋予他们真正的幸福，因为我们过于重视表面上的、短暂的、成功的标识，而没有关注到持久的、让生命充盈的目标。我们保护孩子免受日常生活里真实存在的和想象中的危险，这限制了他们的视野，减少了他们获取技能的机会，这些技能恰恰是他们将来在真实世界里打拼所需要的。我们努力迫使学校“生产出”很高的考试成绩，剥夺了学校逐渐培养出学生广阔的视野以及强烈的学习动机的能力。这样教育出来的学生在离开学校很长时间之后依然需要的“视野”和“动机”就会过早地夭折。这种短视的做法人为地破坏了我们本来也许可以赋予孩子的每一个可能有启发的目标：从经济上来说，它让孩子不足以应对这个全球化的世界（这正是他们所处的这个时代的定义）；从心理上来说，它给孩子种下了悲观、迟疑、自我怀疑的种子；从道德上来说，它打开了通向自私自利、愤世嫉俗、建立在物质渴望上的世界观的大门；从社会上来说，它导致了孩子与市政事务的脱离，以及被侵蚀了的公民意识；从长远来看，无论是孩子个人还是整个社会，都不会成为赢家。

但在任何时代、任何地方，包括我们自己所处的时代和地方，都有很多年轻人带着目标感茁壮成长着。他们找到了适合自己的通往成就感和幸福感之路，通常是获得了那些带他们接触到能够激发他们目标感的成年人

的引导。如果这本书对于那些处于漂浮或沮丧状态的年轻人发出了警告，它同时也在对那些力争发挥最大潜能的年轻人的描绘中带来了希望。当今的年轻人群体是一种相当混合的生存状态：一些人带着目标感茁壮成长；一些人似乎对任何有目标感的东西根本不在乎；有一小部分人（最深陷麻烦的）投身于完全毁灭性的结果；还有大部分（我们研究当中的多数年轻人）在做着或在思考着能将他们带到有目标感的方向上的事情，但还是很难持续性地投入任何一件事情。

对本书的每一位读者来说，应该都很清楚这里面的含义。对于那些已经开始在一些具有潜在有目标感的活动中“试水”的年轻人，我们应该鼓励他们思考更多，关于这些活动可以给世界带来什么价值，以及如何能够给自己的生活带来意义感；对于那些憧憬着伟大可能性的年轻人，我们应该帮助他们更聚焦在他们真正能够实现的事情上面，并且教他们如何制定切实可行的计划实现他们的目标；对于那些对自我之外的事情几乎没有任何兴趣的年轻人，我们可以让他们看到投入付出的回报，以及游离状态的危害；对于那些迷失了自我，或是投向可能导致反社会倾向的目标的年轻人，我们可以把他们带入一种让他们感受到关爱和道德感的关系，向他们清晰地传达是非对错观。这样一来，就为每一个孩子指明了能够把他们引向崇高目标感的生活的选择。

最终，所有的年轻人会做出自己的选择：没有人可以替他们做出这个选择。但我们极有可能做的是，让他们做出能带给他们终生幸福感的好选择。我们能够带给他们点燃他们想象力的更多的可能性，鼓励他们通往最高理想的引导，帮助他们实现远大抱负的支持，以及激发他们而非让他们泄气的文化氛围。在这样的关心下，没有一个年轻人会感觉不到振奋。通

向目标之路是为每一个人敞开的，通过帮助所有的年轻人找到目标感，我们整个社会的未来也将充满希望！

附录　调查问卷——年轻人目标研究

作者注：这是我们在“年轻人目标感研究”当中，访谈年轻人所用到的调查问卷。这些问题可能会是和年轻人展开一场帮助他们识别出兴趣所在，并给予指引对话的一个很有趣的起始点。

一、开场介绍

1.请简要介绍一下自己，你觉得自己是个什么样的人？

2.你真正关注的东西是什么？为什么你会关注这些东西？

3.在你生命当中最重要的事情是什么？为什么它对你来说最重要？

4.你有长期的目标吗？这其中有没有一些是你认为比较重要的？为什么这些目标对你来说比较重要？

如果回答“没有”：

那挺有趣的，为什么你更倾向于没有目标呢？（或者问）没有目标对你来说意味着什么呢？

如果回答“有”：

你现在有没有做一些什么去实现这些目标？

（如果回答“有”）：你做了些什么呢？

（如果回答“没有”）：是什么阻碍了你付诸行动去实现这些目标呢？

5.你认为好的生活意味着什么？

6.你认为做一个好人意味着什么？

7.最近让你花最多精力的是什么事情？

8.如果回顾你的一生，你希望别人怎么记住你？你希望别人记住你的什么？为什么？

二、目标的灵感来源/关键性的经验

1.之前你有谈到XX对你来说是很重要的，你能否告诉我它是如何变得重要了吗？为什么呢？什么时候开始变得对你很重要了呢？

2.为什么你对这个特别的目标或事业如此热衷，而不是其他的？

3.在一开始的时候有没有人帮你在目标上采取行动？

4.你会认为你的家人和朋友的关注点也在同样的事情上吗？你的家人、朋友或身边其他人总体上是支持还是反对你的做法？

5.你是否找了其他人一起参与进来？

如果回答“是的”：

你当时是怎么做的？

6.除了一些特定的人之外，有没有其他事情影响了你（比如书、电影、特别的经历或其他）？

三、维持目标的机会和支持因素

1.你有敬仰的人吗？

2.你有导师吗？这位导师或其他人身上有哪些你欣赏的特质？

四、压力和回报

1.你有感到过一直坚持这个目标是件比较困难的事情吗？未来顺着这条道路一直走下去，对你来说会不会很难？

2.（如果问题1回答“是”）这些障碍是什么？你是怎么克服它们的？

五、未来的目标和责任

1.有没有一些你所拥有的特质，可以帮助你达成那些对你来说比较重要的目标？你的哪些特质是会让这件事情变得更难的？

2.想象一下你40岁时候的一幅画面，你在做着什么？谁会出现在你的生命当中？什么对你来说又会是很重要的？你所关注的领域又会发生什么？

3.在即近的未来，就是接下来的几年，你有什么打算？

六、目标的类别

1.能跟我谈谈你的家人和朋友吗？

2.相比生命中的其他一些东西，亲情和友情对你来说有多么重要？为什么？

3.你想要在某个时间建立自己的家庭吗？为什么？这对你来说有多重要？为什么？

4.你有做一些特别的事情向你的家人或朋友表明他们对你的重要性吗？（如果回答“有”）你做了什么呢？为什么？

5.宗教、信仰、精神生活或上帝在你的生命当中扮演什么角色（如果有的话）？你会积极参与教会或宗教组织的活动吗？在那里你都做些什么事情？

6.你所在的社区对你来说重要吗？它在你的生活里扮演什么角色？你有做什么事情推进社区的发展吗？有没有参与过社区服务？（如果回答“有”）你都做了什么？为什么要做这些事情呢？

7.你是美国公民吗？对你来说，公民意味着什么？做一个公民对你来说重要吗？为什么（或为什么不）重要？

8.当你的年龄渐长，你想从事什么样的工作？为什么？这个职业对你来说会是很重要的吗？为什么？会有多重要呢？为什么？为着你人生的这份工作（或职业），你现在有做什么准备吗？

七、结束语

1.我们的访谈就要结束了，关于人生当中对你来说很重要的东西或是你想要努力去达成的目标，还有没有一些补充？

2.总结一下，你认为此刻对你来说最要紧的事情是什么？随着你的年龄增长，对你来说，这会依旧是最要紧的事情吗？为什么（为什么不是）？

说明：

这份问卷是我们的研究团队在本书里所谈到的最早一批研究（2003~2006年）中所使用的问卷。在我们接下来所做的研究中，对此访谈做了一些修订和更新。我们还开发了年轻人大样本抽样调查的方法，对我们的这些方法中的细节感兴趣的研究者，可以发送邮件至Lisa Staton（staton@stanford.edu）索取相关资料。

致谢

首先，我要感谢亚瑟·施瓦茨（Arthur Schwartz），是他在一开始鼓励我对年轻人目标感的研究，并作为我真正的搭档塑造了整个研究项目的核心思想。除了亚瑟的建议之外，约翰·邓普顿基金会（John Templeton Foundation）也给予了此项目最有力的支持，不仅提供了丰富的材料支持，还带给我很多鼓舞和启发。感谢约翰·邓普顿爵士（John Templeton）、小约翰·邓普顿（John M.Templeton Jr）以及小查理·哈勃（Charles L.Harper Jr）这么多年来给予我的诸多富有洞察力的观点。另一个杰出的机构——青年发展基金会（Thrive Foundation for Youth），也为此项目提供了非常有价值的帮助。在此，对基金会的鲍勃（Bob）、多蒂·金（Dottie King）以及辛西娅·金（Cynthia King-Guffey）表示衷心的感谢！有了他们所做的一切，才使得我的这项研究和另外一项关于年轻人正向发展的研究得以成行。本书第2章关于年轻人发展论述的早期版本，最早也是在基金会网站（http://www.thrivefoundation.org）的“对茁壮成长的思考”版块上发布的。同时，我要感谢帕姆·金（Pam King）为这些研究做了很多杰出贡献，感谢金全家人对我的情谊。

在过去7年，通过青年发展基金会，我才有了每年至少两次的机会与青年发展领域才华出众的学者聚集到一起讨论我在这个项目上的进展。青年发展专题研讨会的学者包括彼得·班森（Peter Benson）、彼得·斯凯尔斯（Peter Scale）、琳达·瓦格纳（Linda Wagena）、吉姆·弗若（Jim Furrow）、帕姆·金（Pam King）、理查德·勒纳（Richard Lerner）以及邓肯·坎贝尔（Duncan Campell），感谢以上所有人给我的反馈，以及在

我对年轻人目标的理解上所给予的很多智慧性的贡献。

在斯坦福大学，肯德尔（Kendall Cotton Bronk）和珍妮·梅农（Jennifer Menon）帮助我进行了最初阶段的研究，本书中大部分的论述都是基于这些研究中的发现。肯德尔还帮忙就现阶段的项目进行设计，进一步扩大了数据采集量，她担任后面这个阶段前两年的项目经理。当肯德尔去年离开了斯坦福，前往鲍尔州立大学任教之后，西娜·莫兰接替了她的位置担任项目经理。感谢肯德尔和西娜所发挥的才智和奉献精神，这个项目很大程度上得益于他们杰出的工作。我还非常幸运地拥有很多相当出色的研究助理，包括Jenneifer Menon Mariano（我在本书中用到的调研分析是由她牵头做的）、Matt Andrews、Matt Burdick、David Yeager、Norma Arce、Amina Jones、Peter Osborn、Tanya Rose、Jim Siriani、Brian Edgar、Tim Reilly、Heather Malin、Sarah Miles以及Mollie Galloway。在斯坦福大学的行政方面，Kathy Davis、Taru Fisher、Lisa Staton以及Elissa Hirsch在很多时候都给予了我娴熟而专业的帮助，非常感谢他们所提供的一切帮助，是非常棒的。

我要特别提到卡伦·瑞斯曼（Karen Rathman），因她对年轻人目标感研究项目所做的一切。卡伦率领我们的项目工作与中学建立联结，鼓励老师们在课堂上传授目标的概念，她做这件事情的时候充满了能量、想象力和很强的判断力。在过去的三年当中，卡伦一直是我们项目组里面不可替代的角色，几乎对项目的每一部分都有很大的贡献。最后我要向代理出版人苏珊·阿雷拉诺（Susan Arellano）和我的编辑艾米丽·露丝（Emily Loose）表示感谢，在将我的想法和结论整理成册的过程中，他们每一位都给予了我极大的帮助。我还要将持久的感谢送给安妮·柯比（Anne

Colby），她对本书的贡献极大。

关于作者

威廉·戴蒙（Willam Damon）是当今世界人类发展研究领域最杰出的学者之一。他是斯坦福大学教育学教授兼青少年研究中心主任。在1997年进入斯坦福大学之前，戴蒙任布朗大学的教授兼人类发展研究中心主任。他经常面向公众及学术团体发表有关当代儿童发展趋势的演讲，还撰写了大量关于各个年龄阶段的个人发展及道德承诺相关的文章和著作。他的著作包括《有道德的孩子》（The Moral Child）《真心关怀》（Some to Care）《更高的期望》（Greater Expectations）《青年宪章》（The Youth Charter）和《好工作》（Good Work）。他是著名的系列刊物《儿童和青少年发展的新方向》的创刊主编，也是《儿童心理学手册》（The Handbook of Child Psychology）第5版和第6版的主要编撰者。关于其他国家级的表彰，他曾被评选为美国国家教育学院的院士。戴蒙目前居住于北加利福尼亚州。

译后记　多一分思考，多一份责任

最近看了一部TED演讲，主讲人是塞氏企业CEO里卡多·塞姆勒（Ricardo Semler），在这里想跟大家分享三个片段：

里卡多的家族受到了黑色素瘤的侵害，他的父母、祖父母都患有黑色素瘤癌症，于是他想象未来某一天，医生拿着他的检查结果对他说："结果看起来不妙，里卡多先生，你只能再活半年到一年的时间了。"当听到这个坏消息的时候，人们会选择做什么来度过余下这短暂的人生时光呢？也许是在家里多陪陪孩子，也许是去一些一直想去但没有去的地方，更多时候，也许只是痛哭。里卡多说，为什么一定要等到那个时候再去做这些事情呢？他决定把每周一和周四，都当作生命的最后一天来过。

里卡多谈到，我们生活在一个信息的时代、智能的时代，但是距离"智慧"依旧很遥远。在儿童教育领域，就如何对学校进行再设计这个问题上，人们提出的一些方案往往都是过时的。事实上现在老师的角色已经被打破，里卡多连同一些热爱教育的人士一起，创办了一所智慧学校——Lumiar（http://lumiar.org.br）。老师的角色被分成了两部分，一种是辅导员，负责照看学生，不需要试图教学生什么（很可能你懂的还不如Google多），而另一种要引入的"老师"，是要有激情，并且有专长的（不管是不是专业领域的专长），甚至包括一些年长的市民（他们是有智慧的，尽管社会已经几乎不需要他们了），请他们把自己真正信仰的东西讲给学生。带孩子们学习的课程可以是世界杯足球，也可以是造自行车。完成造自行车这项任务并不需要知道π等于3.1415926。要用一些与实际相

关联的问题来引导教学，比如“作为人类，我们该如何衡量自己？”这背后有关数学、物理学的相关知识就都来了；“我们又该如何表达自己？”那么音乐、文学等就都引出来了，甚至还有语法。当然，还有一个被很多人都遗忘了的重要问题：“生命中最重要的事情是什么”？多少人对“爱”、对“死亡”都一无所知，不知道我们来到世界上是为了什么。

在里卡多生日的那天，当他在奥本山公墓（Mount Auburn Cemetery，一个非常美丽的花园式公墓）闲逛的时候，他看着这些名流或伟人的墓碑，思考：“我希望被后人记住点儿什么呢？”当又走了一圈之后，他又问自己：“为什么我希望被人们记住呢？”当连续问自己三个“为什么”的时候，也许真的不知道自己为什么会在这里做着这样的事情。

这三个片段，都关乎对生命的思考。当我们在谈“人生目标”的时候，首先要对“生命”有客观而深刻的认识。生命教育，正是被人们屡次提及，时至今日却依然缺失的。没有信仰的生命是无力的，没有爱的生命是无光的，没有奉献的生命是无意义的。只有对“生命”有了客观而深刻的理解，定下了基调，才能更好地谱写人生的篇章。

戴蒙在书中所列举的有目标感的年轻人，都有一个共性，就是他们都能很好地处理自我与自我、自我与他人、自我与世界之间的关系。他们的“我”，都是“大我”。我们经常讲“人生召唤”“职业召唤”，事实上，“召唤”的产生也是有一定条件的，只有当“大我”出现的时候，“召唤”才更容易来到。

当“大我”出现的时候，对“工作”的认识就会有所不同，不再是常人眼中用职位、薪酬和工作内容定义的工作，而是“以自我擅长的某种方式去

帮助某个群体，为他们带来某些方面的价值，并在这个过程中收获自我成长，直至自我实现”。马斯洛需求层次论中的最高层——“自我实现”，正是人生的终极目标（或者说最高目标），即所肩负的使命的完成。至于说肩负什么样的使命，却是因人而异，也正是个人天赋潜能和兴趣的差异所在。

无论面临什么样的人生选择，“我”都是思考的源头。寻找人生目标同样也始于“自我认知”，自我认知既依赖于“自我探索”，也需要借助他人“照照镜子”，或经由他人的提问和引导来更全面客观地认识自己。

因此，首先要思考并在人生过程中不断要思考的几个根本性问题是：我是谁？我想成为谁？我来到这里（做这些事情）是为了什么？这里的“我”，是指一个人最高境界的自我，一个超越了世俗、表明我们未来最高可能性的自我。

除了自我探索之外，还需要不断向外探索，只有多看、多尝试、多思考，才能清楚地知道“我想成为谁”。这里也正是戴蒙在书中提到的一个观点，作为年轻人的“外在环境”，我们每一个人，都有责任作为“引导者”或“职业榜样”，为年轻人创造向外探索的良好条件。教育永远都不只是关乎教育工作者的事情，社会中的每一个人都应该关注教育，努力成为可以给予他人积极影响的人。

在阶段性的自我探索、向外探索完成之后，很重要的一点是要找到你和这个世界的“连接”，也就是实现目标的路径。即通过做什么，来实现什么样的人生目标。世界最著名的商业创新咨询公司IDEO的创始人大卫·凯利（David Kelley）在一次TED演讲中谈道：“我经常想，我来到这个世界

上究竟要做什么，我的召唤是什么，很幸运的是我有很多选择，我一直从事医疗福利、K12教育等领域的工作，包括为第三世界国家工作，我能做很多项目，但是我决定要投身于我最想做的事情——帮助尽可能多的人重新获得他们曾经丢失的创造力自信，让他们有一些积极的改变，从而改变世界。”简言之，大卫希望通过“帮助人们重获创造力自信”，来实现“帮助更多的人突破自我、改变世界”的目标。他和这个世界的“连接”，就是“人们的创造力自信”。他做到了知行合一，他最新的著作《创新自信力》（Creative Confidence）就是在践行着他对这一目标的承诺。

但需要提醒的一点是，在生活和职业生涯发展方面，今天的我们比以往任何时候都面临更多的选择，不得不一次又一次地重塑职业，也就意味着我们不得不经常重新界定我们是谁，以及我们要到哪里去。

以上是这些年来我在职业选择和人生规划方面的一些思考和陋见，作为对本书作者精彩观点的共鸣与回应，也希望对读者有所帮助。很感谢与这本书的结缘，其实原本今年并没有计划再做书籍的翻译，但是当编辑找到我，跟我介绍这本书的作者和内容的时候，我就被深深吸引了，一方面是因为自我认知、职业选择、人类发展领域一直是我的天赋和兴趣所在，另一方面是坚信这本书是极具社会意义的，是一场“及时雨”，是润泽年轻人心灵的及时雨，是家长和教育工作者的及时雨，是我们整个社会的及时雨，因为多数人都缺乏对人生目标的深层思考和探索。正是这一源头的缺失，使得一系列个人和社会的问题发生，比如浮躁之气、恶意伤害、拜金主义，以及年轻人中普遍存在的迷茫（我们那个时代的大学校园，几乎是被“无聊”“郁闷”这样的词语充斥着）等。所以，翻译好这本书，也成了我的一个“阶段性使命”。

戴蒙的这本书就像是一面镜子，十分透亮。翻译这本书的过程，也是一个不断照镜子、审视自我的过程，相信每一位读者也都有此体会，在书中发现了自己的影子，或身边人的影子。这本书虽然是可以归为教育类或心理学类，但其实它适合于我们每一个人，无论是谁，都会被这本书拨动心弦，引发深思。

教育从来都不是静态的，在当前“创新”和“变革”引领着我们时代精神的时候，戴蒙的书中也给了我们面向未来的指引，我非常认同并且认为需要再特别强调的三点。

第一，课堂教学的创新与改革势在必行，包括老师角色的变化，教学的导向、内容和方式的革新等。作为延伸阅读，建议读一下“混合式学习”“翻转课堂”等主题的相关资料。

第二，在人人都争做创业者的时代，“创业者精神”的培养的确应该从小抓起，放在重中之重。这反倒是应对未来最核心的竞争力，是一个人一生的精神财富。创业者精神的缺失，不是在成年的时候通过参加一些创业辅导所能弥补的。

第三，父母乃至每个受过高等教育的成年人，都要补充一项严重缺失的能力——教练引导能力。这项能力的缺失在国内尤为严重，无论是家庭教育，还是在企业管理环境，国人最爱用的方式是“管”，而不是“导”，在企业教练领域，真正能达到教练级别的人也寥寥无几。这里面还是需要一些技术的，比如开展有建设性的对话。建议读者可以补充阅读“教练技术”领域的书籍，或参加这方面的一些课程。

翻译本身也是受教育的过程，除了咀嚼内容的精华，更重要的是感受到作者的精神。事实上，在作者戴蒙身上，也凸显了他的“创业家精神”。他在该课题上花了至少7年的时间做研究（并且研究还在继续），好似拿着一个透视镜，从社会的各个维度、各个角落去查看和探究是什么在影响着年轻人，如何更好地帮助年轻人。他对文章中一些细节的注释也是十分详尽和完整的。他的这种执着、严谨，不愧为具有创业家精神的世界一流学者，也是你我的榜样。

最后，感谢机械工业出版社引入了这么好的书。感谢所有在职业道路上相识的朋友，正是与你们碰撞的智慧帮助我在探索和研究的道路上更好地前行。感谢父母，你们永远都是我最强大的支持者。

如果读者朋友有关于本书任何的问题，或关于职业和人生选择方面想要探讨的话题，可以通过邮件与我联系smartbridge@163.com。

张凌燕

人生观培养：父母最长情的告白

The Path to Purpose：How Young People Find Their Calling in Life

（美）戴蒙（Damon，W.） 著

张凌燕 译

ISBN：978-7-111-50226-5

本书纸版由机械工业出版社于2015年出版，电子版由华章分社（北京华章图文信息有限公司，北京奥维博世图书发行有限公司）全球范围内制作与发行。

版权所有，侵权必究

客服热线：+ 86-10-68995265

客服信箱：service@bbbvip.com

官方网址：www.bbbvip.com

新浪微博 @华章数媒

腾讯微博 @bbb-vip

微信公众号 华章电子书（微信号：hzebook）